



Blatt C zum Prüfungsprogramm für den 2. Kyu in Hanbo - Jitsu

KATAI - SAN (Abwehr MAWASHI GERI):

1. Angriff MAWASHI-GERI rechts, mit rechts vor KO-SABAKI, mit rechts einen Hanbo Unterarmblock, mit linkem Unterarm den Fuß auffangen, KATA-ASHI-DORI mit rechts, KATATE-NAGAI-TSUKI oder angepasste Folgetechnik
2. Angriff MAWASHI-GERI re., etwas vorgehen in HEISOKU DACHI, zur Seite mit KIRITSU-NANAME-UKE blocken, in Höhe des Unterschenkel oder Knie, mit re. einen MAWASHI-KATATE-O-FURI, diagonal zum Kopf des Angreifers, Stellung anpassen, BUNKAI zur KANJO, raus gehen und bei Bedarf Abschlußtechnik
3. Angriff MAWASHI-GERI re., mit links einen Unterarmblock SOTO UKE nach links außen anwenden, mit rechts gleichzeitig ein KATATE-NAGAI-TSUKI zum Rumpf des Gegners ausführen (real Kopf oder Hals), mit dem rechten Fuß MAE-GERI, dann zum Abschluß ein KIRITSU-RYOTE-O-FURI

JU - SAN (Abwehr gegen Hand- und Stockfassen):

1. Angreifer faßt mit links das Hanboende re., die Hand des Angreifers festlegen, Hanboende über das Handgelenk des Angreifers schieben, in einer Kreisbewegung den Angreifer zu Boden und nach vorne führen, mit einem Fuß den Angreifer festlegen und ein Handhebel ausführen
2. Angreifer faßt linkes Handgelenk des Verteidiger mit rechts, den Hanbo senkrecht re.neben eigenen Hals legen, mit eigener rechten Hand Toris rechtes Handgelenk fassen und über den Hanbo ziehen, in den Gegener hinein gleiten, Transporttechnik (KUMI-KYO),
3. Angreifer greift mit rechts das linke Handgelenk des Verteidiger, den Handrücken Angreifers mit dem kurzen Hanbo Ende pressen, RYOTE -HIRA-UDE-GARAMI (USHIRO) mit der linken Hand das kurze Hanbo Ende fassen und einen Kreuzpress Hebel Ansetzen Wurf O-SOTO-GARI, festlegen KATAME-KYO



JU - SHI (Rever und Körperfassen):

1. Angreifer faßt mit rechts Ukes linkes Revers, mit dem kurzen rechten Hanbo Ende Schock Schlag, kurzes Ende in die rechte Armbeuge, den Arm beugen, Beugehebel als Impuls, Hanbo muss die ganze Zeit unverändert waagrecht bleiben
2. Angreifer faßt mit rechts Ukes linkes Revers, mit rechts Schlag mit dem langen HANBO Ende in die Seite, nun schlägt der Verteidiger seine Armbeuge in Armbeuge des Angreifers, Armbeuge anheben, durch drehen des Hanbo und auflegen auf die Schulter wird der Angreifer gehobelt, unter zuhelfenahme eines Handbeugehebel und einer Drehbewegung wird Angreifer zu Boden gebracht
3. Angreifer umklammern von hinten, Ukes spreizt die Arme, senkt die Stellung in KIBA DACHI, Griff verhindern, Verteidiger dreht in einen seitlichen KIBA DACHI rechts, YOKU NAGAI TSUKI nach rechts in den Bauch, Gegener kippt nach vorne, den Arm beugen, um den Hals legen, würgen, Arm kontrollieren, notfalls werfen,

TESSEN - ICHI (erste Form):

1. *Die Adaption der JU ICHI KUMITE Nr.1 mit dem HANBO*
Angriff OI TSUKI rechts, mit links raus gehen (UK1) und mit links NAGASHI UKE, den TESSEN mit rechts an den Hals des Angreifers schlagen, hinter den Angreifer gehen und den TESSEN mit links fassen, Distanz ist die Länge der Arme, den Gegner heranziehen und nach unten bewegen, mit dem Oberkörper den Kopf des Gegners nach unten pressen und dabei mit dem TESSEN würgen,
2. *die Technik entspricht der HANBO KUMITE JU-NI 2,*
Angreifer mit MAE GERI, den TESSEN in OSHIRO MOCHI re., nach links raus, normale Stellung, mit einer GEDAN BARAI Bewegung den TESSEN nach re. bewegen, der Griff ist „V-förmig“ geöffnet, SUKUI UKE Bewegung den angreifenden Fuß einfangen, TESSEN fassen, Fußhebel, Gegener zu Boden bringen und festlegen,
3. *diese Form ist in Teilen mit der HANBO JU ICHI 4 Kumite vergleichbar*
Angreifer fasst mit re. das Revers und mit li. ein Schwinger zum Kopf, mit der linken Hand die fassende Hand des Gegners blockieren, nach re. raus auf 2 Uhr, mit re. den Angriff blocken, li.zurück mit einer KO-SABAKI Bewegung und der immer noch eingeklemmten li. Hand den Gegner aus dem Gleichgewicht bringen, den TESSEN nun von unten in die Armbeuge, den Griff sprengen, mit der freien Hand den TESSEN fassen und mit einer „Wellenbewegung“ eine Transporttechnik ausführen, zu Boden bringen und festlegen,