

2. Kyu Sai-Jutsu

Blatt A) Übersicht:

I. GRUNDLAGEN:

Geschichtliches
Nomenklatur

II. VORKENNTNISSE:

Programm bis 3. Kyu

III. KIHON:

Kyan-Kihon

IV. KUMITE:

Kumite gegen Bo-Doppelangriffe
5 Kombinationen

Kumite gegen Faustangriffe:

A) 1 Sai, Adaption der 5 Hanbo Katai-Ichi

B) RRB, Adaption von
3 Hanbo Katai-Ichi
3 Hanbo Ju-Ichi

VI. KUMITE:

Continuous-Kumite Ni

VII. KATA:

Kyan-No-Sai

1 Bunkai nach eigener Wahl