

2. Kyu Sai-Jutsu

Blatt C) Continuous Kumite Ni

	Uke: Bo KAMAE rechts	Tori: Sai KAMAE rechts
1.	Rechts mit YORIASHI vor zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit JODAN-UCHI rechts.	Rechts mit YORIASHI vor zu NEKOASHI-DACHI rechts mit JODAN-HIRAKI-UKE rechts, Bo mit dem linken Sai nach links ableiten.
2.	Gewichtsverlagerung zu SHOMEN-SHIKO-DACHI rechts mit JODAN-MOROTE-UKE rechts.	Rechts vorsetzen zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit HONTE-TATE-JODAN-UCHI rechts.
3.	Links mit YORIASHI zurück zu NEKOASHI-DACHI rechts und mit dem Bo auf der linken Seite ausholen (Griffwechsel).	
4.	Rechts vor zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit GEDAN-NUKI-TSUKI rechts.	YORIASHI nach 9 Uhr und rechten Fuß anziehen zu TSURIASHI-DACHI rechts mit HONTE-GEDAN-UKE rechts.
5.	Links mit YORIASHI zurück zu NEKOASHI-DACHI rechts mit JODAN-KAMAE auf der rechten Seite (Griffwechsel).	Rechts absetzen zu ZENKUTSU-DACHI rechts.
6.	Rechts vor zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit JODAN-UCHI rechts.	Rechts mit YORIASHI zurück zu NEKOASHI-DACHI mit HONTE-SOTO-UKE rechts.
7.	Links mit YORIASHI zurück zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit JODAN-SOTO-UKE rechts.	Rechts mit YORIASHI vor zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit TATE-HONTE-KAESHI-UCHI rechts.
8.	Gewichtsverlagerung zu SHOMEN-SHIKO-DACHI rechts mit JODAN-MOROTE-UKE rechts.	Rechts mit YORIASHI vor zu ZENKUTSU-DACHI rechts HONTE-JODAN-UCHI rechts.
9.	Rechts zurück zu NEKOASHI-DACHI links und mit dem Bo auf der rechten Seite ausholen.	
10.	Links mit YORIASHI vor zu ZENKUTSU-DACHI links mit GEDAN-NUKI-TSUKI links.	Links mit YORIASHI zurück zu NEKOASHI-DACHI rechts mit HONTE-GEDAN-UKE rechts.
11.	Rechts mit YORIASHI vor zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit JODAN-UCHI rechts.	YORIASHI nach 9 Uhr zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit HONTE-JODAN-SOTO-UKE rechts.
12.	Rechts mit YORIASHI vor zu ZENKUTSU-DACHI rechts mit CHUDAN-YOKO-UCHI rechts.	YORIASHI nach rechts mit Drehung auf 4 Uhr zu KOKUTSU-DACHI rechts mit MOROTE-HONTE-CHUDAN-UCHI-UKE rechts.
13.		Mit dem rechten Sai den Bo über den Kopf zur rechten Körperseite führen. Es folgt ein linker HONTE-CHUDAN-TSUKI .

Hinweise:

1. Anfänger führen das Kumite auf einer Linie aus.
2. Fortgeschrittene führen das Kumite ein einer Kreisbewegung aus und zergliedern es in