

## Zeremonie bei allen Prüfungen für Kihon und Kata:

- Beginn: Rei in MUSUBI-DACHI, Sai in **GYAKUTE-MOCHI** senkrecht an der rechten Hüfte. Beim rechten Sai greifen zuerst Mittel- und Ringfinger, der linke Sai wird darüber gehalten und mit Zeige- und kleinen Finger festgehalten. Dadurch ist die Sai versetzt und beim linken Sai lässt sich mit der linken Hand leichter greifen.  
Die Sai werden mit rechts senkrecht vor dem Oberkörper gehalten und die linke Hand greift den linken Sai zu **GYAKUTE-MOCHI**.  
Den linken Fuß auf Schulterbreite nach links setzen und dabei **MOROTE-GYAKUTE-CHUDAN-SOTO-UKE** (Sai zeigen zum Körper, **YOI-KAMAE**) ausführen. Dann den rechten Fuß auf nach rechts setzen zu HEIKO-DACHI mit **MOROTE-GYAKUTE-GEDAN-UKE**.
- Ende: Den linken Fuß zurücksetzen setzen zu HEIKO-DACHI mit **MOROTE-GYAKUTE-GEDAN-UKE**. Danach den linken Fuß zur Körpermitte setzen mit **MOROTE-GYAKUTE-CHUDAN-SOTO-UKE** (die Sai zeigen zum Körper (**YOI-KAMAE**)).  
Dann den rechten Fuß nach links heranziehen zu MUSUBI-DACHI. Anschließend die Sai senkrecht vor dem Oberkörper zusammenführen und beide Sai in die rechte Hand geben.  
Die Sai in **GYAKUTE-MOCHI** waagrecht an der rechten Hüfte führen. Rei