

天人館

(Tenjinkan 4th Kyu)

(UKEMI GATA TAIHEN JUTSU II)

1. KOTE GAESHI

1. a) DASSURU OMOTE GYAKU - KEISHI YOKO NAGARE

1. b) DASSURU URA GYAKU - KEISHI ZENPO KAITEN / ZENPO TENKAI/ TACHI NAGARE

2. SEOI GAESHI

2. a) DASSURU SEOI NAGE - KEISHI ZENPO TENKAI/ ZENPO TOBI/ KOHO TENKAI

2. b) DASSURU OSOTO GAKE - KEISHI HINERI KAITEN

3. TOMOE GAESHI

4. KURUMA GAESHI

(HAJUTSU NO HO KIHON GATA)

5. KOSHI KUDAHI

5. a) SHICHIBATSU TSUKI-IRE

5. b) SHICHIBATSU KAKATO GERI

6. (KEN KUDAHI)

7. (KERI KUDAHI)

8. (KENJUTSU)

8. a) DOKUSHINJUTSU NO KATA (LEITURA DA MENTE)

8. b) DO UCHI

Dois minutos de shinaijutsu

Dois minutos impacto com luvas

Dois minutos sem protecção