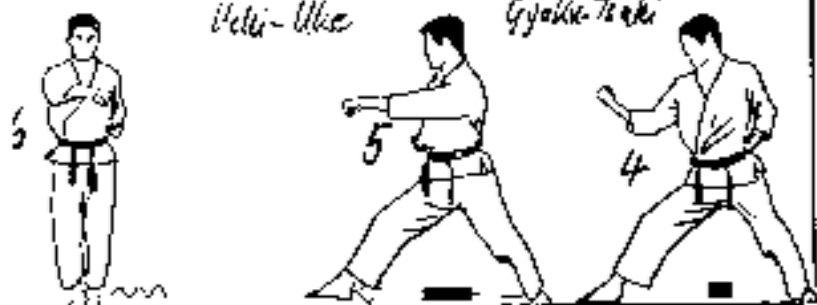


Heli-Utsie

Gyaku-Tsuki



"Yame!"



# Heian Godan (Nr. 5)



Osode-Tsuki

Heli-Henko-Utsie



Interpretation  
Interpretation

- jede Fußbewegung  
in einem Takt
- = starke Knie, eine Sekunde  
Pause
- | = horizontale Bewegung ohne  
Knie
- = zwei Sekunden Pause
- > = Kombination aus unabhängiger Technik
- ~ = horizontale Bewegung  
des Knie



Handlung durch  
die Handlung  
Handlung!

Interpretation:  
(Fortsetzung)

'dauert etwa 30 Sekunden'

Bei 22a und 22b kleine Pause (bei 23a und 23b  
keine Pause nötig!)

