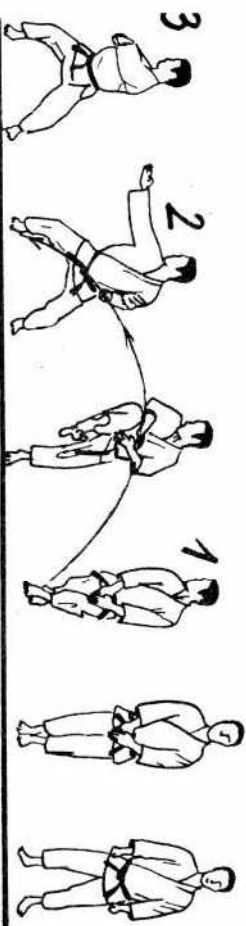


Jekki Shodan (Nr. 1)

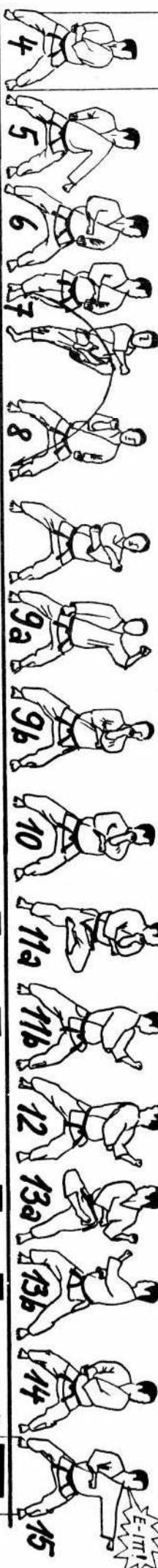
Scharfprogramm
(Embusen)

Dauer etwa 25 Sekunden!

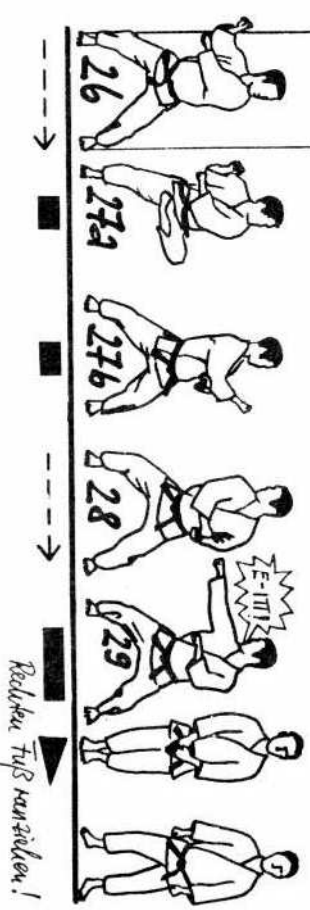
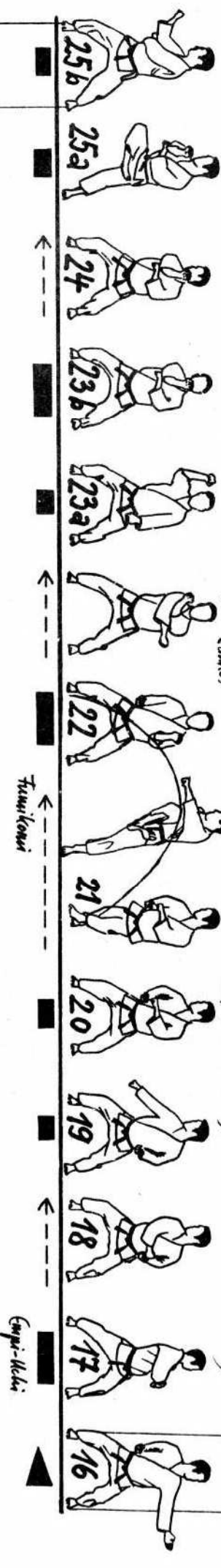
"Yoi!"



Empi-Uke
Hai-du-Uke
Fu-mi-kami
(Handrückenlock) Das Kime besteht aus groÙen Kreisbogen
Keisbogen
Hei-sa-ka-Ja-ki
linke Hand über rechte



Ka-gi-Ta-ki
Fu-mi-kami
Uki-Uke
Ge-dan-Uke (rechts)
Jo-dan-Ab-ga-ki (links)
Ura-Ta-ki
Na-mi-A-ki
Har-te-Uke
(Aufsenkaue des Armes)
Na-mi-A-ki
Har-te-Uke
(wie So-fu-Uke)



"Yame!"

Rechts Fuß nachziehen!

Zeichenerklärung

- = nach dem Kime gleich zur nächsten Technik
- = starker Kime, ohne Sekunde Pause
- = zwei Sekunden Pause
- X = Zwischenzeit keine unabhängige Technik
- = langsame Bewegung zum vollen Kime
- ▲ = langsames Entspannen vom vollen Kime