

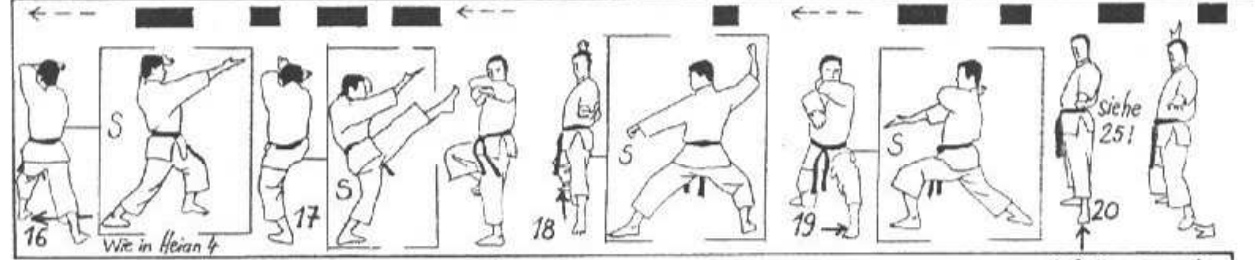
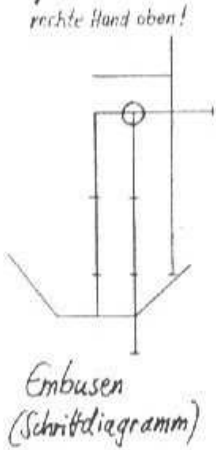


Kanku-Dai

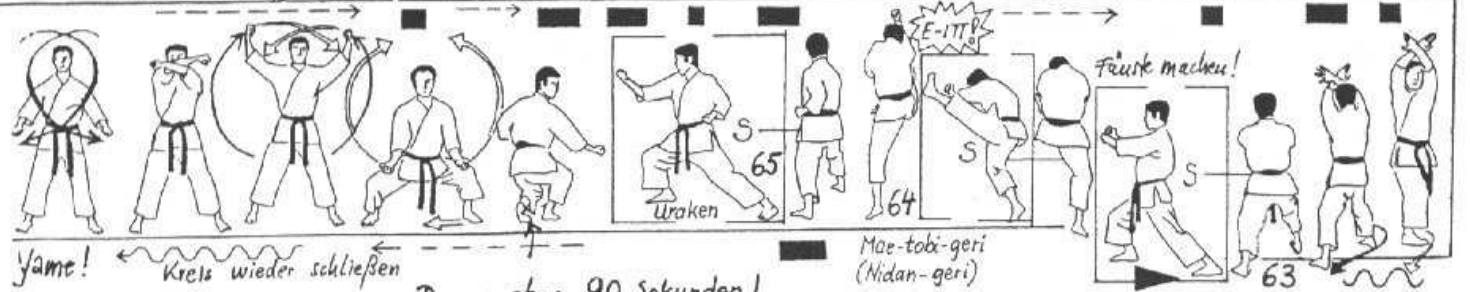
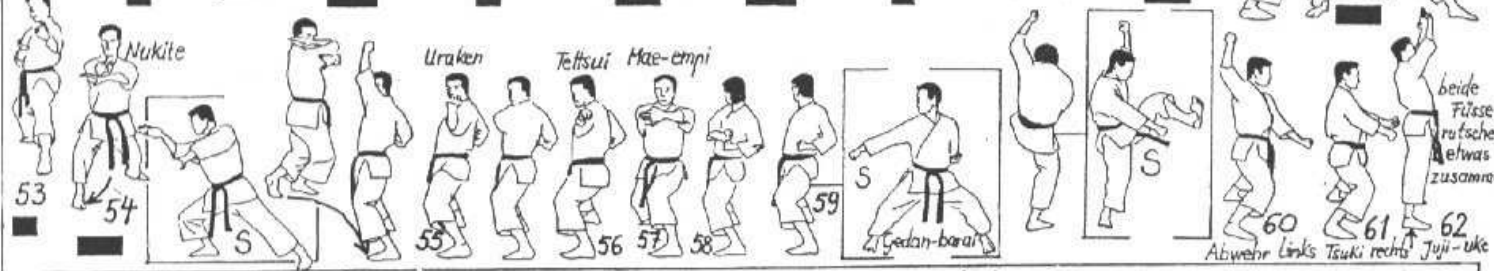
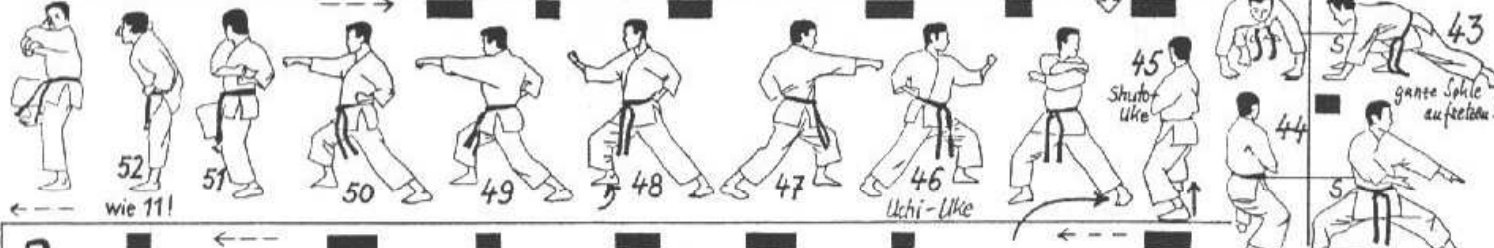
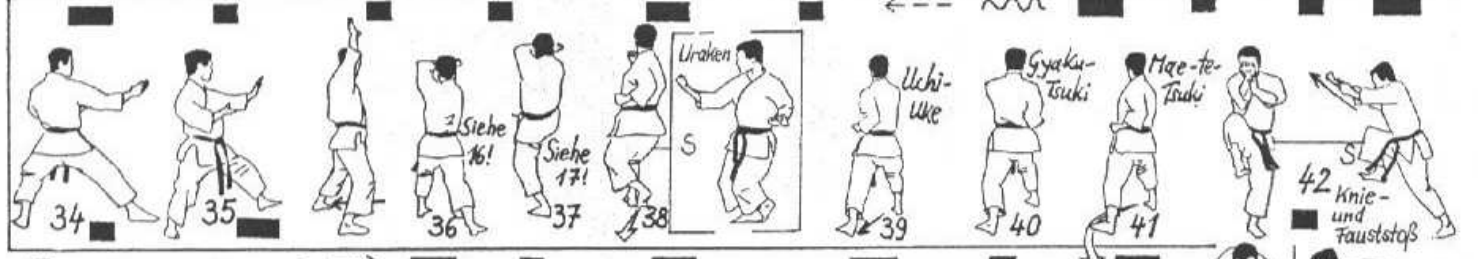
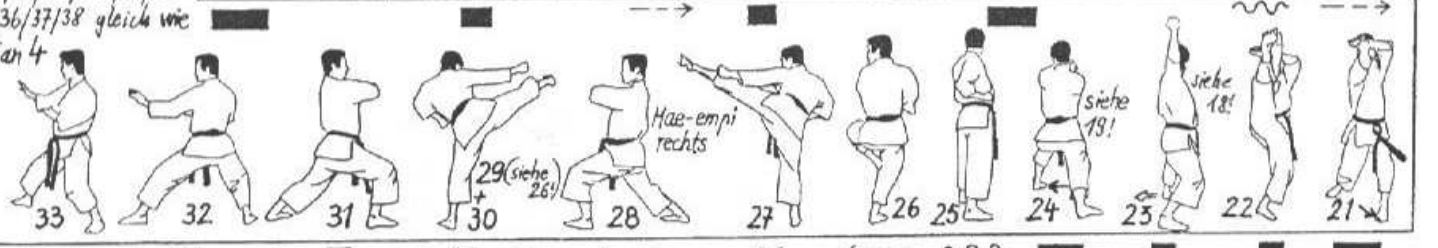
© by Albrecht Flüger

Ursprünglich KUSHANKU. KANKU bedeutet „Himmelsdau“ (siehe 1!). Aus ihr wurden auf Okinawa von Meister TOSU die 5 Heian (Pinan) Katas für den Unterricht an den Mittelstufen entwickelt.

Daumen anstoßen! rechte Handkante in linke Handfläche!



16/17, 21/22, 26/27/28 und 36/37/38 gleich wie in Heian 4



Yame! Kreis wieder schließen Dauer etwa 90 Sekunden!