Kihon-Ido Kata - Partnerformen - Erwartungshorizont

| ai-Otoshi-Uke ⊙ Zuki ⊙ o-Uke ⊙ setsu-Geri ⊙ -Uke ⊙ o-Uke ⊙ ai-Otoshi-Uke ⊙ ken: Zuki, Age-Uke, Yok | ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ | | Chūdan Jōdan & Chūdan Chūdan Gedan Jōdan Chūdan Gedan |
|---|--|---|--|
| o-Uke ⊙ setsu-Geri ⊙ -Uke ⊙ o-Uke ⊙ ai-Otoshi-Uke ⊙ | ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ | | Chūdan Gedan Jōdan Chūdan Gedan |
| setsu-Geri ⊙ -Uke ⊙ o-Uke ⊙ ai-Otoshi-Uke ⊙ | ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ | | Gedan Jōdan Chūdan Gedan |
| -Uke ⊙ o-Uke ⊙ ai-Otoshi-Uke ⊙ | ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ | | Jōdan Chūdan Gedan |
| o-Uke ⊙ ai-Otoshi-Uke ⊙ | ↓ Gyaku-Zuki ⊙ ↓ Gyaku-Zuki ⊙ | | Chūdan Gedan |
| ai-Otoshi-Uke ⊙ | ↓ Gyaku-Zuki ⊙ |) | Gedan |
| | · • | | |
| ken: Zuki, Age-Uke, Yok | o-Uke, Harai-Otoshi-Uk | ke, Soto-Uke, Uraken-Uchi, Empi-Age-Uchi, | Mae-Geri, Mawashi-Geri |
| ūdan, Gedan | | Kihon-Ippon Kumite Jōdan & Chūdan, ggfs. Gedan | Partnerformen |
| -Sabaki (Fußbewegu en der Endpunkte, F | ungen) korrekt ausg Hüft-/Schultereinsat korrekt ausgeführt, | geführt ıtz , Individuell richtige Stände | |
| - | Sabaki (Fußbeweg n der Endpunkte, F sen (Schrittfolge) l | Sabaki (Fußbewegungen) korrekt aus n der Endpunkte, Hüft-/Schultereinsa sen (Schrittfolge) korrekt ausgeführt | e "passend", also individuell richtig. Korrekte Mawatte (Wendung) Sabaki (Fußbewegungen) korrekt ausgeführt n der Endpunkte, Hüft-/Schultereinsatz isen (Schrittfolge) korrekt ausgeführt, Individuell richtige Stände unkte und Atmung, Wendungen mit korrekter Blickrichtung iger Ablauf bei gleichbleibender Geschwindigkeit, Betonung und Krafte |

