

In Busen

# Hangetsu

© by Albrecht Pfleger

(früher SEISHAN)

Dauer etwa 60 Sekunden!

Hangetsu bedeutet Halbmond und bezieht sich auf die halbmondförmigen Schwertbewegungen. Auch der Name der Reihung. Mit Ausnahme von 2, 3, 32 und 41 sind alle Stellungen Hangetsu-Druck. Im SHODOKAN die einzige Kette mit ausgeprägter Atmung. Deshalb hier zusätzlich besondere Zeichen: O langsam durch die Nase einatmen

langsam durch den Mund ausatmen: h-a-h

