



5. K Y U G E N D A I G O S H I N T O N F A - J U T S U

1. Theorie : Arten des TONFA

2. DACHI und KAMAE

3. KIHON : KATAI - ICHI - KIHON

ZEREMONIE, rechts zurück, ZENKUTSU DACHI li., GEDAN BARAI UKE als KAMAE

vorgehen in Zenkutsu-Dachi mit GYAKUTE TSUKI

wenden in Zenkutsu-Dachi mit HONTE TSUKI

wenden in Zenkutsu-Dachi UWA UCHI

wenden in Zenkutsu-Dachi mit YOKO UCHI

wenden in Zenkutsu-Dachi mit GYAKUTE UCHI UKE

wenden in Zenkutsu-Dachi mit HONTE GEDAN BARAI UKE

wenden in ZENKUTSU DACHI li., GEDAN BARAI UKE als KAMAE, rechter Fuß vor,
ZEREMONIE

- Dieser KIHON entspricht dem KIHON zum 3. KYU KOBUDO

4. KUMITE : BASIC - K U M I T E ICHI

5. KATA : TONFA - SHODAN



BASIC KUMITE ICHI

Uke : Nicho Tonfa

Tori : Bo

- 1) T.: CHUDAN TSUKI U.: CHUDAN SOTO UKE re. - UWA UCHI re.

- 2) T.: GEDAN TSUKI U.: HONTE GEDAN BARAI UKE re. - URA UCHI re.

- 3) T.: CHUDAN TSUKI U.: GYAKU-GEDAN-BARAI UKE re. – URA UCHI
re.,

- 4) T.: JODAN UCHI U.: UWA UKE li. - GYAKUTE TSUKI re., gleichzeitig

- 5) T.: CHUDAN TSUKI U.: TONFA re. TOKU, KO SABAKI außen Seite BO -
Mit TONFA Griff BO aufladen, über den Kopf weg
schleudern, mit dem linken TONFA EMPI UCHI

Diese KUMITE entsprechen den KUMITE aus dem 3. KYU KOBUDO