

Battodo

Grundübungen

Moto dachi in chudan		Moto dachi in jodan	
1	Shomen	10	Hidari kote
2	Hidari men	11	Migi kote
3	Migi men	12	Hidari do
4	Hidari kubi	13	Migi do
5	Migi kubi	14	Hidari suihei do
6	Hidari yoko kubi	15	Migi suhei do
7	Migi yoko kubi		Moto dachi in chudan
8	Hidari kesa giri und migi gyaku kesa giri*	16	tsuki
9	Migi kesa giri und hidari gyaku kesa giri*		

* bei Schnitten vor dem Körper

Ausführung:

1. am Körper: richtiger Abstand, Schneiden mit dem Mono-uchi
2. vor dem Körper: durchschwingen, dabei die richtige Schnittlinie einhalten
3. vor dem Körper: abstoppen sobald „Körperteil“ durchschnitten

Schritte:

Aus dem (individuellen) Schlagabstand issoku ittô no maii geht der kakari bei den Schnitten von rechts oben nach links unten mit dem rechten Fuß vor (okuri ashi), bei Schnitten von oben links nach unten rechts mit dem linken Fuß vor (aiumi – ashi). Es wird jeweils in der umgekehrten Reihenfolge zurückgegangen. Alle Schritte sind gleitend (suri-ashi)

17.12.2016

Clemens Klein

6. Dan Battodo

Enseignant En Titre Allemagne der Association Europeenne de Battodo (A.E.B.)

Directeur Technique für Deutschland der Commission Technique Association Europeenne de Battodo (C.T.A.E.B.)