

FUDO NO KATA

NORD : Kamae dx

- 01) GIODAN UCIKOMI UKE DX
- 02) GEDANBARAI DX
- 03) GIAKU HAMMI GIODAN UGE UKE SX
- 04) GIODAN SHUTO UCI SX
- 05) GIODAN HAITO UCI DX
- 06) GIODAN SHUTO UCI DX

Spostando piede dx / sx vado in direzione SUD / OVEST:

- 07) GIODAN HARAI UKE SX
- 08) spostando il piede posteriore dx (schivata come Goshin taikioku 3) GEDAN ARAI UKE SX
- 09) GIAKU HAMMI GIODAN UGE UKE DX
- 10) GIODAN SHUTO UCI DX
- 11) GIODAN HAITO UCI SX
- 12) GIODAN SHUTO UCI SX

Spostando piede anteriore dx /sx ruoto di 270° in senso orario , vado in direzione SUD /EST kamae dx:

- 13) GIODAN HARAI UKE DX
- 14) spostando il piede posteriore dx (schivata come Goshin taikioku 3) GEDAN ARAI UKE DX
- 15) GIAKU HAMMI GIODAN UGE UKE SX
- 16) GIODAN SHUTO UCI SX
- 17) GIODAN HAITO UCI DX
- 18) GIODAN SHUTO UCI DX

Spostando piede sx / dx vado in direzione SUD/OVEST kamae dx :

- 19) GIODAN UCIKOMI UKE DX
- 20) GEDANBARAI DX
- 21) GIAKU HAMMI GIODAN UGE UKE SX
- 22) GIODAN SHUTO UCI SX
- 23) GIODAN HAITO UCI DX
- 24) GIODAN SHUTO UCI DX

Spostando piede dx /sx vado in direzione SUD / EST kamae sx :

- 25) GIODAN UCIKOMI UKE SX
- 26) GEDANBARAI SX
- 27) GIAKU HAMMI GIODAN UGE UKE DX
- 28) GIODAN SHUTO UCI DX
- 29) GIODAN HAITO UCI SX
- 30) GIODAN SHUTO UCI SX

Spostando piede sx / dx ruotando in senso orario vado in direzione NORD kamae dx :

- 31) GIODAN HARAI UKE DX
- 32) spostando il piede posteriore dx (schivata come Goshin taikioku 3) GEDAN ARAI UKE DX
- 33) GIAKU HAMMI GIODAN UGE UKE SX
- 34) GIODAN SHUTO UCI SX
- 35) GIODAN HAITO UCI DX
- 36) GIODAN SHUTO UCI DX