

自由一本組手

回蹴

No.1

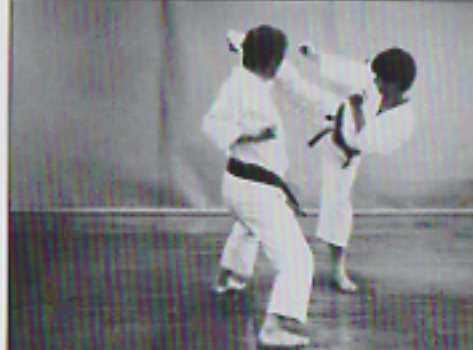
前足(左)軸に、後足を右方90度に開く。転身と同時に背腕受逆突。

No.2

前足(左)軸に、一步前進しながら刻逆突、直ちに右縦手刀にて相手の首または肩を突き放しながら、左足を右に開く。

No.1 ①上段背腕受 ②中段逆突▶◀

No.2 ①上段刻逆突▶◀ ② 2-A 縦手刀突放
②引手構



JIYŪ IPPON KUMITE

MAWASHI GERI

No.1

Using the front foot as a pivot, TENSHIN, by moving 90° to the right the rear foot (right) and at the same time execute HAIWAN UKE, GYAKU ZUKI.

No.2

Using the front foot (left) as a pivot, spring forward KIZAMI GYAKU ZUKI. Immediately thrust the opponent away with the right hand shaped as in TATE SHUTŌ on the neck or the shoulder and move the left foot to the right.

No.1

Le pivot étant le pied avant, TENSHIN en déplaçant le pied arrière (droit) 90° à droite et en même temps, exécuter HAIWAN UKE, GYAKU ZUKI.

No.2

Le pivot étant le pied avant (gauche), bondir, KIZAMI GYAKU ZUKI. Repousser immédiatement l'adversaire sur le cou ou l'épaule avec la main droite en forme de TATE SHUTŌ et déplacer le pied gauche vers la droite.

No.1

- ① JŌDAN HAIWAN UKE
② CHŪDAN GYAKU ZUKI▶◀

No.2

- ① JŌDAN KIZAMI GYAKU ZUKI▶◀
2-A TATE SHUTŌ TSUKI HANASHI
② HIKITE GAMAE

