



Programm 1. Dan Kobushi-Jitsu

Theorie:

- Körperpunkte, erste Hilfe

Kihon: Kihon in Kombination Hand-, Fuß- und Schwerttechniken

Kata: Chuan Fa Form 4; Sanpo-Giri (Iaido), Ganmen-ate (Iaido), Kobushi Ken

Bunkai

SV: Verteidigung gegen:

1. Schwert Tsuki (mit Schwert)
2. Stockangriff diagonal von oben (mit Schwert und Saya)
3. Angriff mit Yawara zum Kopf von innen nach außen (mit Schwert in der Saya)

10 Techniken aus den Farbgurtprogrammen im Original und in eigener Variante

Randori: freies Randori

Tameshiwari und Tameshigiri in Kombination (2x 3er Kombination)