

Kata Nijushiho Bunkai



<p>Kata Nijushiho</p> <p>Kata – Bildfolge 5-11</p>		
		<p>Angriff : Rechts Jodan- oder Chudan- Oi- Zuki</p> <p>Abwehr: Chudan- Osae- Uke</p>
		<p>Gegenangriff: Suri- Ashi (Gleitschritt) Gyaku- Zuki</p>
		<p>Die rechte Hand des Angreifers wird gefasst, mit den Fingern der Daumenballen umschlossen. Mit der rechten Hand wird der Ellenbogen in der Beuge fixiert.</p>



Mit Suri- Ashi schiebt sich die linke Schulter unter den Ellenbogen, durch Streckung des linken Beines wird der Ellenbogen gehebelt.

Wichtig: Damit der Hebel wirkt, muss die Faust des Angreifers gleichzeitig nach unten gezogen werden.

Kata Nijushiho

Kata – Bildfolge 15-25



Angriff:

Greifen oder Würgen am Hals



Durch Morote- Zuki die Arme des Angreifers Strecken.



Angriff auf beide Ellenbogengelenke des Angreifers

		<p>Beugen der Arme des Angreifers. Werden dabei die Hände des Angreifers an den Oberkörper gepresst, kann man gleichzeitig das Gleichgewicht des Angreifers brechen.</p>
		<p>Angriff mit dem Knie zum Bauch oder mit dem Fuß zum Unterleib.</p> <p>(In der Kata erfolgen Fußstoß und Angriff zum Ellenbogen gleichzeitig. Die getrennte Ausführung ist ebenso wirksam, beim Üben aber einfacher.)</p>
		<p>Aus dem Age Uke wird hier ein Mawashi- Empi. Eine Befreiung ist aber auch mit Wegdrücken durch Age-Uke möglich.</p>
		<p>Mit Age- Empi zwischen den Armen des Angreifers hindurch wird der Griff der linken hand endgültig gesprengt.</p>

Kata- Bewegung

Seitenansicht

Anderer Blickwinkel

Der Angreifer wird mit der rechten Hand weggedrückt und gefasst, dann wird mit Fumi- Komi das Knie angegriffen. Die Wirkung wird durch Heranziehen des Angreifers verstärkt. Zum Abschluss erfolgt Gyaku-Zuki.





Kata – Bildfolge 28-33



Angriff: Oi- Zuki

Abwehr: Linkes Bein zur Mitte, Tekubi Kake Uke (Handgelenk- Hakenblock)

Gegenangriff:
Teisho- Awase- Zuki
(Doppelter Handballenstoß)

Wichtig: Mit dem rechten Knie, das Knie des Angreifers fixieren.



Wurf durch starkes Hüftdrehen.



Kata – Bildfolge 31-34



Angriff: Oi- Zuki- Jodan

Wendung um 180° (durch seitlichen Schritt mit dem rechten Fuß nach links), Abwehr Shoto- Uke, mit fließender Bewegung weiter den Arm nach unten drücken. Gleichzeitig Haito- Uchi zum Hals.



Die gleiche Bewegung könnte auch in der Abwärtsbewegung mit Gedan- Shuto- Uke einen Mae- Geri blocken.



Gegenangriff:
Die rechte Hand hält den Kopf,
links Haito- Uchi;
Alternative Angriffe:
Nukite, Teisho, usw.



Kata- Bildfolge 34 - 37



Traditionelle Interpretation:

Angriff Mae- Geri- Chudan rechts
Ausweichen mit Fudo- Dachi und Fußfangen und Führen mit der linken Hand. Angriff mit Teisho rechts von rechts oben nach links unten gegen das Kniegelenk mit Gleichgewichtsbrechen.



Beim Fallen des Gegners Handwechsel und Angriff gegen die Innenseite des Kniegelenks mit Gyaku- Zu-ki links.



Kata- Bildfolge 34 – 37

Alternatives Bunkai



Angriff Mae- Geri- Chudan links

rechts zurück, Teisho- Gedan- Uke mit der linken Hand nach rechts, dann rechts das Bein fangen und links Mawashi- Gyaku- Zuki



dann rechts das Bein fangen und an der Hüfte fixieren



und den Gegenangriff mit links Mawashi- Zuki- Chudan oder Gedan abschließen.



Kata- Bildfolge 38 – 41



Angriff: Kizami- Zuki- links

Abwehr: Age- Empi



Angriff. Gyaku- Zuki- Jodan

Abwehr: Jodan- Soto- Ude- Uke,
der Gegenangriff besteht in dem Vorwärtsgleiten zu einem starken Kiba- Dachi. Der Angreifer läuft gegen die Schulter auf und wird zusätzlich noch mit Gyaku- Zuki attackiert.



Mit dem Zurückgleiten in Kiba- Dachi erfolgt noch ein Gedan (oder Chudan) Uchi.



Kata – Bildfolge 42-44



Angriff: Oi- Zuki- Chudan

Abwehr: Haishu- Uke
Gegenangriff: die linke Hand gleitet beim Vorwärtsschritt hinter den Rücken und hält den Angreifer, die rechte Hand greift mit Mae- Ma-washi- Empi an,



Dann lösen vom Gegner und Gedan- Uchi.



Kata – Bildfolge 53 - 54

Angriff: Oi- Zuki- Jodan

Fegeblock mit offener Hand rechts, Hand nach unten führen, gleichzeitig



Angriff: Gyaku- Zuki- Jodan

Fegeblock links, Hand nach unten führen



Gegenangriff: Morote- Teis-
ho- Zuki



Der Angreifer fasst links die linke Hand von oben, dann greift er mit rechts Jodan- Zuki an

		<p>Der Verteidiger wehrt mit einem Haito- Fegeblock mit der rechten Hand von links oben nach rechts unten ab und greift gleichzeitig durch Handgelenkdrehen die linke Hand</p>
		<p>führt die Linke nach oben und die Rechte so nach unten, dass der Angreifer seinen rechten Ellenbogen mit der linken Ellenbogenbeuge fixiert.</p>
		<p>Langsames Vorwärtsschieben des rechten Handgelenks wirft den Gegner. Vorsicht: Schnelles Vorwertschieben bricht den Ellenbogen</p>