

Shotokan Kata

Tekki Shodan



Ausführung: Alfred Heubeck

Kata

Tekki Shodan



Shizentai



Musubi Dachi



Rei



Musubi Dachi



Shizentai



Yoi



Kosa Dachi



Fumikomi



Haishu - Uke



Sokumen Empi



Koshi Gamae



Gedan Barai



Kagi Zuki



Kosa Dachi



Fumi Komi



Uchi Uke



Ausholen



Jodan Nagashi Uke



Jodan Ura Zuki



Nami Ashi



Sokumen Uke



Nami Ashi



Sokumen Uke



Koshi Gamae



Morote Zuki
Kiai!



Ausholen



Haishu Uke



Sokumen Empi



Koshi Gamae



Gedan Barai



Kagi Zuki



Kosa Dachi



Fumi Komi



Uchi Ude Uke



Ausholen



Jodan Nagashi Uke



Jodan Ura Zuki



Blickwendung



Nami Ashi



Sokumen Uke



Blickwendung



Nami Ashi



Sokumen Uke



Koshi Gamae



Morote Zuki
Kiai!



Yame



Shizentai



Musubi- Dachi



Rei



Musubi- Dachi



Shizentai