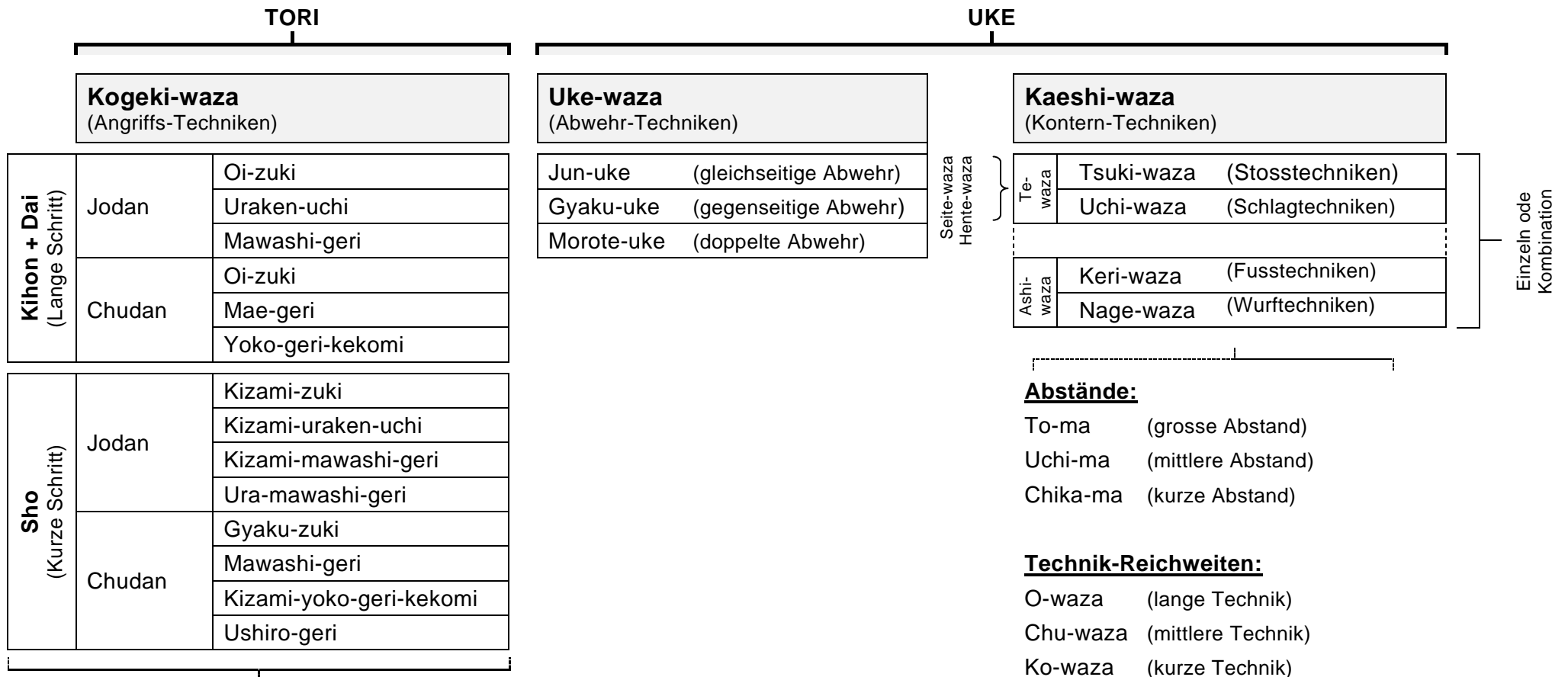


Ippon-Kumite Zusammenstellung

Trainingsrichtungen: GOSHIN-DO / SHIAI-DO

mögliche Situationen: →

	<u>TORI</u>	<u>UKE</u>	
1	Goshin-do	Goshin-do	Ippon-kumite Dai
2	Shiai-do	Shiai-do	Ippon-kumite Sho
3	Goshin-do	Shiai-do	Ippon-kumite Dai oder Sho
4	Shiai-do	Goshin-do	



Stellungen

- Kihon: gleichseitig
Gegenseitig
- Dai / Sho: Ai-hanmi-kamae
Gyaku-hanmi-kamae