


WIKF KATA KIAI LIJST

Opmerkingen

- een kata begint altijd met gezicht in fictieve richting “Noord”
- later kan eventueel in bijkomende kolom toegevoegd worden: ritme, foto,...

KATA	KIAI BIJ	
PINAN NIDAN	<ul style="list-style-type: none"> - 3é yodan uke - 3é juntsuki 	N Z
PINAN SHODAN	<ul style="list-style-type: none"> - nukite - versterkte blok 	N Z
PINANA SANDAN	<ul style="list-style-type: none"> - nukite - Laatste tsuki 	N Z
PINAN YONDAN	<ul style="list-style-type: none"> - uraken - hiza geri 	N Z
PINAN GODAN	<ul style="list-style-type: none"> - juntsuki - versterkte blok 	N Z
KUSHANKU	<ul style="list-style-type: none"> - nukite - uraken - nukite (in serie) - uraken 	N Z N Z
NAIHANCHI	<ul style="list-style-type: none"> - 1é zijwaartse chudan blok met gestrekte arm - 2é zijwaartse chudan blok met gestrekte arm 	W O
SEISHAN	<ul style="list-style-type: none"> - bij vertrek snelle gedeelte - laatste tsuki 	O N
CHINTO	<ul style="list-style-type: none"> - voor vertrek nidan geri - laatste tsuki 	N Z
BASSAI	<ul style="list-style-type: none"> - bijtrek armen met sokutu geri gedan - 3é combinatie blok & ura tsuki 	N Z
NISEISHI	<ul style="list-style-type: none"> - bij 1é dubbele tsuki - bij 2é dubbele stoot 	Z N
ROHAI	<ul style="list-style-type: none"> - 3é combinatie blok & ura tsuki 	W
WANSHU	<ul style="list-style-type: none"> - lange kiai bij vertrek combinatie mae-geri en lage stoot - voor sprong 	O N
JION	<ul style="list-style-type: none"> - Laatste tsuki na de jodan blocs - 3é teisho - 3é tetsui 	Z Z Z
JITTE	<ul style="list-style-type: none"> - 3é dubbele teisho tsuki 	Z