

## VERKLARING VAN DE TEKENS

>	Mae ni ( voorwaarts)
<	Sagaru (achterwaarts)
[]	Yoko e (zijwaarts)
jo	Jodan (hoofdzone)
ch	Chudan (middenzone)
ge	Gedan (onder de gordel)
zkd	Zenkutsu--dachi
kkd	Kokutsu-dachi
kbd	Kiba-dachi
fdd	Fudo-dachi
O	Tsuri-ashi
+	Zonder verplaatsing (sonoba)
//	Een kleine pauze
/	Technieken volgen elkaar op
--	Combinatie van technieken (Renraki-waza)
==	Combinatie aan dezelfde zijde (hinte)
yoi	Shizentai-aandachtshouding bij het begin
yame	Shizentai-aandachtshouding bij het eindigen
yasume	Rust ter plaatse
I	Kamae-te Houding met gedan-barai, morote gedan barai of mawate
II	Jiyu ni kame-te - gevechtshouding
III	Kime waza (tegenaanval)