

8^e kyu – witte band

KATA : Taijkioku

KIHON: (I)

* **Het bewegen** in een goede stand zowel voorwaarts als achterwaarts en zijwaarts, te weten in zkd + kbd + Mawate in beide standen

- 1. Oi tsuki (jo) zkd
- 2. Oi tsuki (ch) zkd
- 3. Gyaku tsuki (ch) zkd
- + ← 4. Age uke zkd
- + ← 5. Gedan uke (barai) zkd
- + ← 6. Soto uke zkd
- * 7. Mae geri (ch) vanuit heisokudachi