

GREPEN UIT DE BRUINE GORDEL 1°Kyu

**Bedreiging met pistool langs voor.
aan het hoofd & de maag.**(4x uitvoeren= R&L)

armklem op schouder.

Bedreigingen met pistool langs achter.

Wapen in linker- & rechterhand aan het hoofd en de rug.(4 x uitvoeren)

3 e principe halfweg

3 Verdedigingen op oi-tsuki naar gezicht & maag .(6 x uitvoeren=enkel R)

1. Ko-soto-gari
2. oi-tsuki
3. luchtdrukslag

Wapenstok neerwaarts. (L&R)

Frontaal,kote gaeshi
Zijwaarts,kote gaeshi

Mesaanval, neerwaartse beweging.

Kruisblokkade- shiho nage (ura zoals in prog.geel,schouderklem R knie in oksel)
Kruisblokkade- shiho nage (omote direct)

4 Pogingen tot hoofdstoot

1. Duw op luchtpijp -nukite-
2. Empi zijwaarts
3. 2°principe
4. 5°principe

Nekklem

1. Schouderklem
2. kote-gaeshi

Aanvallen zijwaarts

- 1.wurging, elleboogklem
- 2.om de armen,drukking knie/knie

1° kata karate

Aanval meerdere personen

- nekklem 1 (blz 24)
- nekklem 2 (duim onder kin)
- irimi nage binnenkant arm (blz 25)
- tenchi nage (blz 27)

uit te voeren op volgende aanvallen

- oi-tsuki
- swing
- mes rechtdoor
- matrak boven
- matrak binnenkant
- matrak buitenkant

Vrijgevecht 1 aanvaller