

Schema del Kata

1. Saluto (Rei) Musubi dachi
2. Nome del kata
3. Yoi Hachiji-dachi
4. Verso sinistra Ude uke sinistro Age uke destro in Kokutsu-dachi sinistro
5. Sul posto parata soto uke sinistro e contemporaneamente ura zuki destro sotto alla parata
6. Ruotando sul posto di 180° verso destra senso orario Ude uke destro Age uke sinistro in Kokutsu-dachi destro
7. Riunendo a metà della posizione kokutsu-dachi con il piede posteriore preparare con la gamba anteriore (destra) Yoko geri kekomi, colpire yoko geri destro e contemporaneamente uraken uke destro
8. Posizionarsi, rivolti dalla parte opposta dello yoko geri, in Kokutsu dachi sinistro parare shuto uke sinistro
9. Avanzare Kokutsu-dachi destro parando shuto uke destro
10. Avanzare ancora in kokutsu-dachi shuto uke sinistro
11. Avanzare Zenkutsu dachi destro nukite destro con la mano sinistra sotto il gomito della destro
12. Ruotare di 270° in senso antiorario mantenendo fermo il piede anteriore shuto uke in kokutsu dachi
13. Avanzando a 45° Shuto uke destro in Kokutsu dachi destro
14. Spostando il piede anteriore ruotare di 135° in senso orario Kokutsu dachi Shuto uke destro
15. Avanzando a 45° Shuto uke sinistro in Kokutsu dachi sinistro
16. Spostare il piede anteriore sinistro di 45° in senso antiorario in Zenkutsu-dachi sinistro parare gyaku uchi uke destro
17. Avanzando mae geri in zenkutsu dachi destro, gyaku zuki sinistro sul posto
18. Sul posto gyaku uchi uke sinistro
19. Avanzando mae geri in zenkutsu dachi sinistro, gyaku zuki destro sul posto
20. Avanzando zenkutsu dachi destro morote uke destro
21. Ruotando di 270° gradi in senso antiorario, tenendo fermo il piede anteriore, parata Gedan Barai sinistro in Zenkutsu dachi sinistro
22. Sul posto verso 45° parata Age Shuto Uke sinistro
23. Avanzando Zenkutsu dachi destro Age uke destro
24. Spostando il piede anteriore rotazione 135° in senso orario Gedan barai destro Zenkutsu dachi destro
25. Sul posto verso 45° parata Age Shuto Uke destro
26. Avanzando Zenkutsu dachi sinistro Age uke sinistro
27. Spostare il piede sinistro Hachiji-dachi Yoi
28. Yoi
29. Saluto Musubi dachi
30. Yame