

Andamento del Kata

1. Saluto (Rei) Musubi dachi
2. Nome del kata
3. Yoi Hachiji-dachi
4. Verso sinistra Gedan Barai Zenkutsu-dachi sinistro
5. Passo in avanti Zenkutsu-dachi destro oi-zuki
6. Rotazione di 180° Zenkutsu-dachi destro Gedan Barai
7. Arretrando con la gamba anteriore (destra) in renoiji-dachi, colpire tetsui uchi destro (colpo a martello)
8. Avanzando Zenkutsu-dachi sinistro colpire oi-zuki
9. Spostando la gamba sinistra di 90° in senso antiorario parare Gedan Barai sinistro in Zenkutsu-dachi sinistro
10. Sul posto parata Age Shuto Uke sinistro
11. Avanzando Zenkutsu-dachi destro Age uke destro
12. Avanzando Zenkutsu-dachi sinistro Age uke
13. Avanzando Zenkutsu-dachi destro Age uke con KIAI
14. Ruotare, tenendo fermo il piede anteriore, di 270° di spalle Gedan Barai sinistro in Zenkutsu-dachi sinistro
15. Avanzando Zenkutsu-dachi destro Oi-zuki destro
16. Rotazione di 180° Zenkutsu-dachi destro Gedan Barai destro
17. Avanzando Zenkutsu-dachi sinistro Oi-zuki
18. Spostando la gamba sinistra di 90° in senso antiorario parare Gedan Barai sinistro in Zenkutsu-dachi sinistro
19. Avanzando Zenkutsu-dachi destro Oi-zuki
20. Avanzando Zenkutsu-dachi sinistro Oi-zuki
21. Avanzando Zenkutsu-dachi destro Oi-zuki con KIAI
22. Ruotare, tenendo fermo il piede anteriore, di 270° di spalle Shuto uke in Kokutsu-dachi sinistro
23. Avanzando a 45° Shuto uke destro in Kokutsu dachi destro
24. Spostando il piede anteriore ruotare di 125° in senso orario Kokutsu dachi Shuto uke destro
25. Avanzando a 45° Shuto uke sinistro in Kokutsu dachi sinistro
26. Yoi
27. Saluto Musubi dachi
28. Yame