

Kata:	A. Gekisai Dai Ichi
Bunkai:	03. Chudan Yoko Uke + Mae Geri + Hiji Ate + Jodan Uraken Uchi
Aanval:	Migi Chudan Oi Zuki.
Verdediging:	Hidari Chudan Yoko Uke.
Tegenaanval:	Migi Gedan Mae Geri + Migu Chudan Hiji Ate + Jodan Uraken Uchi.
Voetenwerk:	Sayu Tenshin + na Mae Geri naar voren inkomen met Zenkutsu Dachi.
Vitale punten:	Bijv. [Kinteki] (Mae Geri) + [Ganka] of [Suigetsu] (Hiji Ate) + [Jinchu] (Jodan Uraken Uchi).
Aandachtspunten:	De lage voorwaartse trap wordt al naar gelang de afstand uitgevoerd met de bal van de voet, de voorzijde van de enkel of het scheenbeen. De aanvaller ontwijkt de Chudan Hiji Ate met een achterwaartse Suri Ashi.