

Kata:	C. Saifa
Bunkai:	<b>01. Hazushi Waza + Otoshi Uke + Jodan Uraken Uchi</b>
Aanval:	1. Hidari Kote Dori (zelfde kant beetpakken). 2. Migi Chudan Gyaku Zuki.
Verdediging:	1. Migi Hazushi Waza (bevrijdingstechniek). 2. Hidari Shotei Otoshi Uke
Tegenaanval:	Migi Jodan Uraken Uchi.
Voetenwerk:	45° uitstappen en indraaien naar Heiko Dachi, daarna in of terug stappen naar Shiko Dachi.
Vitale punten:	Bijv. [Jinchu]
Aandachtspunten:	Bij het instappen de knokkels van de beetgepakte hand/arm tegen de onderarm van de tegenstander drukken om zijn greep te verzwakken (van meet af aan druk houden). Bij het lostrekken (Hazushi Waza) je armen dicht bij het lichaam houden. Na de Otoshi Uke de arm beetpakken (niet gelijk grijpen). De wering kan ook worden uitgevoerd in Osae of Nagashi vorm.