

Kata: F. Sanseru

Bunkai: **05. Gedan Seiken Juji Uke**

Aanval: Migi Mae Geri

Verdediging: Ryo Ken Gedan Kosa Uke

Tegenaanval: Tateken Gedan Zuki.

Voetenwerk: Rechter voet stapt terug in hikui Shiko Dachi

Vitale punten: Bijv. tanden of [Kinteki]

Aandachtspunten: