

Kata: F. Sanseru

Bunkai: **06. Gedan Kaishu Juji Uke**

Aanval: Migi Mae Geri

Verdediging: Ryo Ken Gedan Kosa Uke

Tegenaanval: Tateken Gedan Nukite.

Voetenwerk: Rechter voet stapt terug in hikui Shiko Dachi

Vitale punten: Bijv. tanden or [Yako].

Aandachtspunten: