

Kata:	D. Seiyunchin
Bunkai:	<b>01. Morote Gedan Harai Uke.</b>
Aanval:	Morote Kote Dori.
Verdediging:	Hazushi Waza ~ 'Morote Gedan Harai Uke').
Tegenaanval:	Hiza Geri of Mae Geri (voorste of achterste been).
Voetenwerk:	Eerst een voet naar voren, dan schuin terug naar Shiko Dachi.
Vitale punten:	Bijv. [Kinteki].
Aandachtspunten:	Belangrijk is eerst de greep van de aanvaller te verzwakken (dubbele steek omhoog). De betekenis van het in Shiko Dachi vallen is leren gebruik te maken van je gewicht als kracht in bevrijdingstechnieken.