

Kata: D. Seiyunchin

Bunkai: **07. Hari Uke**

Aanval: Jodan Oi Zuki + Mae Geri

Verdediging: Kaishu Jodan Age Uke (+ Tsukkami) + Gedan Shotei Harai Uke (+ Tsukkami)

Tegenaanval: Hari Uke Nage + Otoshi Zuki.

Voetenwerk: Eén voet terug, dan met andere voet naar het standbeen van de tegenstander toe en vervolgens Tai Sabaki. Voor lichte Karateka twee keer Sayu Tenshin.

Vitale punten: Bijv. [Inazuma].

Aandachtspunten: Voor de veiligheid wordt de worp met een grote draaibeweging uitgevoerd. In een zelfverdedigingssituatie, bij een niet te zware tegenstander is de worp kort en wordt het hoofd tegen de grond geslagen.