



Jo kamae



Choku tsuki

1
ICHI



Jodan gaeshi +
shomen uchi komi

2
NI



Jodan gaeshi

3
SAN



Choku tsuki

4
SHI

Hasso gaeshi

5
GO



Shomen
uchi
komi

6
ROKU



Chudan
gaeshi

7
SHICHI



Choku tsuki

8
HACHI



9
KYUU

Gedan
gaeshi



Chudan
gaeshi

10
JUJ



Jodan
tsuki

11
JUJICHI



Tsuki
kamae

12
JUJUNI



Choku tsuki

13
JUUSAN