

REIKOKUNA RYU Military Combat Ninjutsu

4. Kyu Orange

Wartezeit: 60 TE

1. Kihon Happo

(Die Übungsform der acht Grundmöglichkeiten)

1.1 Koshi Kihon Sanpo No Kata (Die drei grundlegenden Schlagtechniken)

- a. Ichimonji No Kamae
- b. Hicho No Kamae
- c. Jumonji No Kamae

Zu 1.1 Grundstellung / Ausgangsstellung

Bei a und b. ist Ichimonji no Kamae

Beic ist Jumonji No Kamae

1.2 Hoshu Kihon Goho No Kata (Fünf grundlegende Formen, die Hand zu greifen.)

- a. Omote Gyaku Dori Kipphandhebel nach außen
- b. Omote Gyaku Tsuki Kipphandhebel nach außen mit Block
- c. Ura Gyaku Dori Kipphandhebel nach innen
- d. Musha Dori Über den Arm (Beten)
- e. Ganseki Nage Unter den Arm

2. Tehodoki kihon Kata (verschiedene Formen der Handbefreiung)

a) Kata-te: (Eine Hand wird von einer Hand gegriffen)

Omote (von außen)

Uchi Mawashi Dori
Soto Mawashi Dori
Yahazu Gake

Ura (von innen)

Kakae Hiji Dori
Uchi Mawashi Hazushi
Itami Hazushi

b) Morote-dori: (Eine Hand wird von zwei Händen gegriffen)

Soto-mawashi-dori: Untere Hand des Gegners hält von außen

Uchi-mawashi-dori: Untere Hand des Gegners hält von innen

Nakahiki: Faust über eigenen Kopf heben

c) Ryote-dori (Beide Hände greifen jeweils ein Handgelenk)

Sayu Mawashi: Uchi Mawashi Dori & Soto Mawashi Dori

O-gami-dori: Hände zusammenführen und Stich zur Brust bzw. Kehle

Shuko-uchi: Die Hände des Gegners zusammenschlagen und mit Uchi-mawashi-dori befreien

d) Körperbefreiungen

gegen Ärmelgriff unterhalb des Ellenbogens

gegen Griff an die Schulter (Hiji Gyaku Dori & Hoshi Jime)

REIKOKUNA RYU Military Combat Ninjutsu4. Kyu Orange

3. **Yahazu Gake** (Handdrehhebel mit und ohne Hanbo)
4. **Hon Gyaku** (Handseitenhebel nach außen, kleiner Finger oben, andere Hand in Ellenbogenbeuge, wringen)
5. **Kaiten – Ukemi – Nagare** (nach Ansage des Prüfers)
6. **Sanshin No Kata – 5 Elemente**
----- **Go Gyo No Kata**-----
 - a. **Chi no Kata** **Erde**
San shi no Daho
 - b. **Sui no Kata** **Wasser**
Kiten ken Daho
 - c. **Ka no Kata** **Feuer**
Kiten uchi
 - d. **Fu no Kata** **Wind**
Shiten Ken no Daho
 - e. **Ku no Kata** **Leere**
Cho Shi Dori
7. **Gyaku Gi Kihon Kata**
(8 verschiedene Hebeltechniken in Anwendung mit Abschluß Kimewaza Roppo – Festlegen am Boden.)
8. **Keri Kihon Kata** (8 verschiedene Tritt- und Beintechniken in Anwendung)
9. **Tsuki Kihon Kata** (8 verschiedene Schlagtechniken in Anwendung)
10. **O Soto Gari** (Große Außensichel)
11. **Seoi Nage** (Schulterwurf)
12. **Koshi Guruma** (Hüftrad)
13. **Haraigoshi** (Sprunghüftwurf)
14. **Taihodoki** (8 verschiedene Formen der Körperbefreiung)
15. **Hanbo-jutsu**

REIKOKUNA RYU Military Combat Ninjutsu
4. Kyu Orange

Hanbo-kihon (Basistechniken)

Furi-age	: Ausholen mit dem Stock
Furi-oroshi	: Zuschlagen mit dem Stock
Morote-tsuki	: Stoß mit zwei Händen
Naname-ushiro-omote-waki-uchi	: Diagonal nach hinten ausweichen und Schlag in die Seite
Naname-mae-ura-waki-uchi	: Diagonal nach vorn in den Angriff ausweichen und Schlag in die Seite
Naname-mae-omote-waki-uchi	: Diagonal nach vorn aus dem Angriff ausweichen und Schlag in die Seite
Mawashi-kote-uchi-omote	: Aus dem Angriffsbereich heraus ausweichen und Stock auf die Hand schlagen
Mawashi-kote-uchi-ura	: Nach innen aus dem Angriffsbereich ausweichen und Stock auf die Hand schlagen
Kote-uchi-omote	: Schlag auf das Handgelenk von außen
Kote-uchi-ura	: Schlag auf das Handgelenk von innen
Katate-tsuki	: Stoß mit einer Hand
Kansatsu (Observation)	: Grundlagen
Gerira toso	: Grundlagen