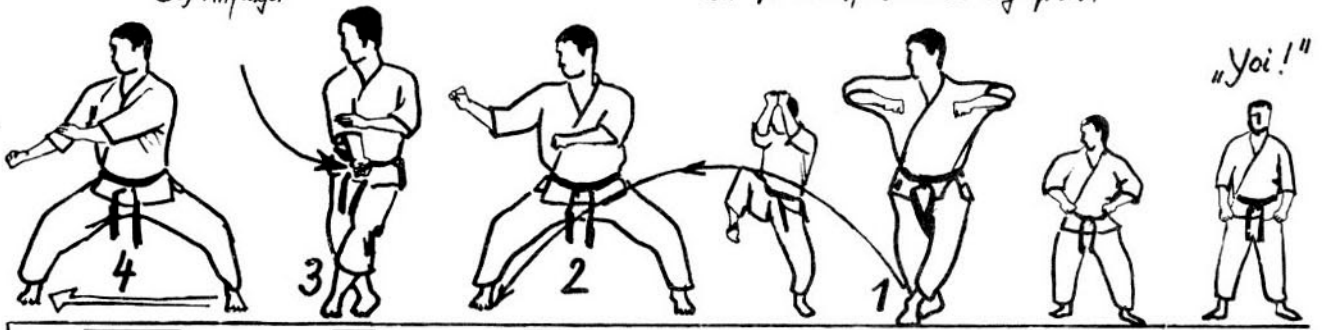


Jekki Nidan (Nr.2)

©by A. Flüger

Bei 3 und 7 Fußbewegung (Überkreuzen) leicht u. geschmeidig, Armbewegung hart und mit KIHÉ!

Bei 3,4 und 7,8 Daumen abgepreist



Gedan-Uke (Arm-innenkante) Gedan-Uke (Armaußenkante) Chudan-Uke (Armaußenkante) Knie hoch zum Stampftritt Langsames und ruhiges Heben der Arme



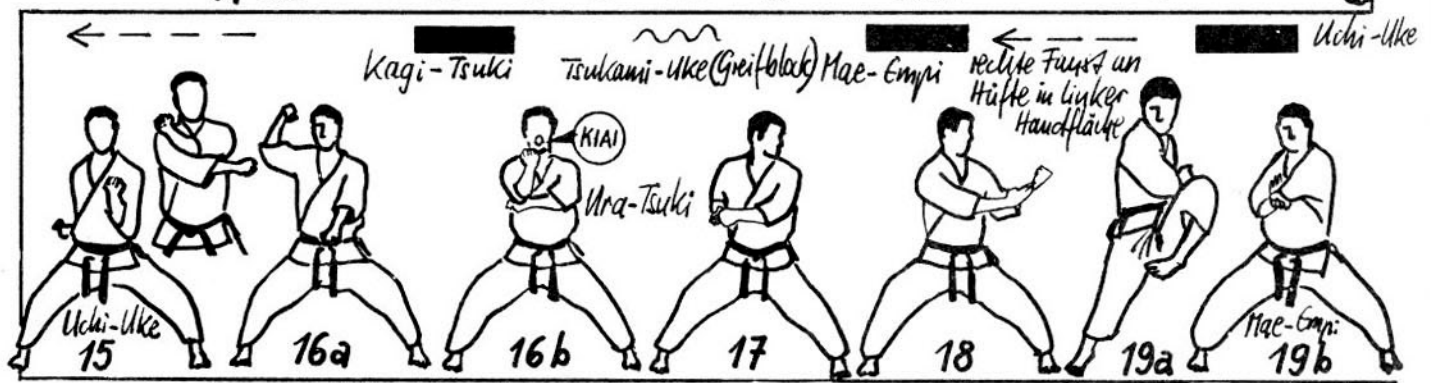
ruhig und langsam Fuß kam und Arme hoch dabei Blickwendung!

Bewegungen 6, 7 und 8 wie bei 2, 3 und 4! Langsames Ausholen zum

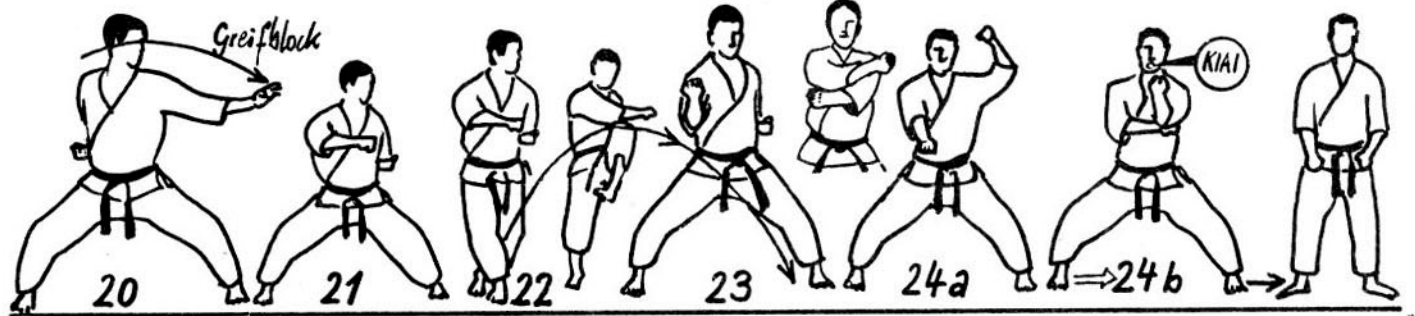
rechte Fuß (senkrecht) in linker Handfläche



Kagi-Tsuki Tsukami-Uke (Greifblock) Mae-Empi rechte Fuß an Hüfte in linker Handfläche Uchi-Uke



gerade umgekehrt wie 9!



9 bis 16 b ist genau wie 17 bis 24 b, nur andere Seite! 13, 14, 15 und 16 sowie 21, 22, 23 und 24 ist genau gleich wie in Jekki Shodan. Dauer etwa 30 Sekunden! "Yame!"