

Arten des Angriffs

Greifangriffe	Katate dori ai hanmi	Griff einer Hand mit einer Hand, wie Händeschütteln (rechts – rechts, links – links)
	Katate dori gyaku hanmi	Griff einer Hand mit einer Hand aber gegenüberliegende Position (rechts – links, links – rechts)
	Katate ryote dori	Griff einer Hand mit beiden Händen, Position gyaku hanmi
	Ryote dori	Griff beider Hände mit beiden Händen, Position gyaku hanmi
	Kata dori	Griff einer Schulter mit einer Hand von vorn
	Ryokata dori	Griff beider Schultern mit beiden Händen von vorn
	Ryosode dori	Griff beider Gi-Ärmel von vorn
	Mune dori	Griff des Gi-Revers mit einer Hand
	Ushiro ryote dori	Griff beider Hände mit beiden Händen von hinten
	Ushiro eri dori	Griff des Gi im Nacken mit einer Hand von hinten
	Ushiro ryokata dori	Griff beider Schultern von hinten
	Ushiro ryohiji dori	Griff beider Ellenbogen von hinten
	Ushiro katate dori kubishime	Festhalten einer Hand und Würgen mit der anderen von hinten
	Ushiro kakae dori	Umklammerung von hinten
	Ushiro kubishime	Würgen von hinten mit beiden Händen
	Yoko kubishime	Würgen von der Seite mit beiden Händen
Schlag-angriffe	Shomen uchi	Handkantenschlag von oben gerade auf die Stirn; Positio Ai hanmi
	Yokomen uchi	Handkantenschlag ellipsenförmig seitlich auf den Hals; Position Gyaku hanmi
	Chudan tsuki	Fauststoß auf Solar Plexus Höhe
	Jodan tsuki	Fauststoß auf ca. Nasen Höhe (eigentlich etwas darunter)
	Yoko tsuki uchi	Seitlicher Fauststoß von innen
	Yoko tsuki soto	Seitlicher Fauststoß von außen
Tritt-angriff	Mae geri	Gerader Fusstritt nach vorn
	Yoko geri	Seitlicher Fusstritt
	Mawashi geri	Halbkreis-Tritt
Kombinierte Angriffe	Kata dori men uchi	Eine Hand hält den Gi bei der Schulter, die andere schlägt Shomen uchi zum Gesicht
	Kubi shime/Yokomen uchi	Würgen von vorne und schräger Schlag
	Ushiro Kubi shime/Yokomen uchi	Würgen von hinten und schräger Schlag