

ESCUELA MUNICIPAL DE AIKIDO - KANNAGARA DOJO TIAS - LANZAROTE



KATA 31 MOVIMIENTOS

INICIO: HIDARI HANMI

- 1.- KAESHI TSUKI (CHUDAN)
- 2.- PROTECCIÓN ARRIBA ATRÁS (Sin cambiar las manos)
- 3.- KAESHI TSUKI (CHUDAN)
- 4.- PROTECCIÓN ARRIBA ATRÁS (sin cambiar las manos)
- 5.- YOKOMEN UCHI (avanzando en MIGI)
- 6.- GYAKU YOKOMEN (Hidari)
- 7.- CAMBIO DE KAMAE Y YOKOMEN UCHI
- 8.- GYAKU YOKOMEN (Hidari) y sin variar el jo efectuamos ...
- 9.-USHIRO HARAI
- 10.- SUBIR A PROTECCIÓN FRONTAL CON PIE DERECHO ADELANTE
- 11.- YOKOMEN UCHI (Hidari)
- 12.- A tras para preparar un TSUKI
- 13.- TSUKI
- 14.- PROTECCIÓN ARRIBA ATRÁS
- 15.- YOKOMEN UCHI (Migi Hanmi)
- 16.- USHIRO TSUKI GEDAN
- 17.- GEDAN GAESHI
- 18.-CAMBIO DEL JO PARA PREPARAR EL TSUKI
- 19.- TSUKI GEDAN
- 20.-YOKOMEN UCHI GEDAN
- 21.- USHIRO TSUKI GEDAN
- 22.- TSUKI CHUDAN
- 23.- PREPARAR TSUKI
- 24.- TSUKI CHUDAN
- 25.- TSUKI IODAN
- 26.- USHIRO TSUKI GEDAN
- 27.- GEDAN GAESHI
- 28.-CAMBIO DE MANO DE JO PARA AGARARLO POR DEBAJO PARA..
- 29.- PREPARAR TSUKI
- 30.- TSUKI CHUDAN
- 31.- GYAKU YOKOMEN