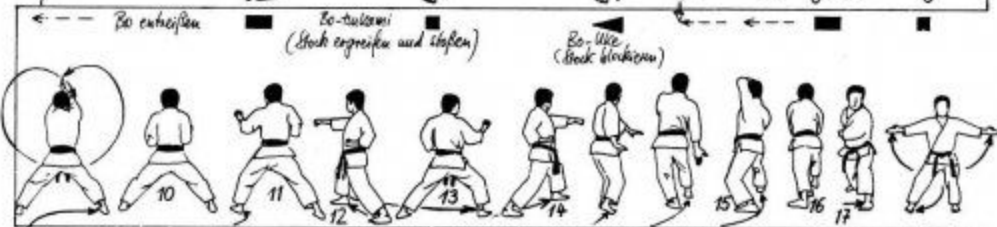
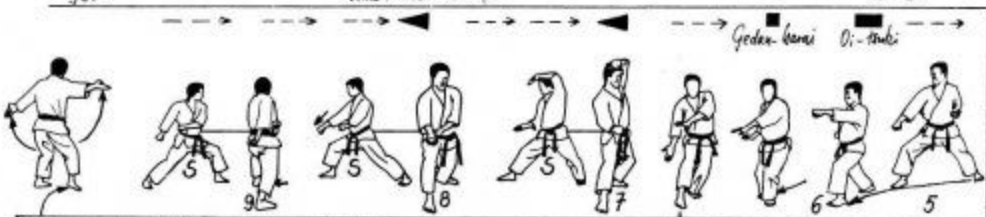


# Meikyo

Der alte Name dieses Kata ist BOHAI und sie wird auch in anderen Stilrichtungen geübt.

© by A. Pfleger

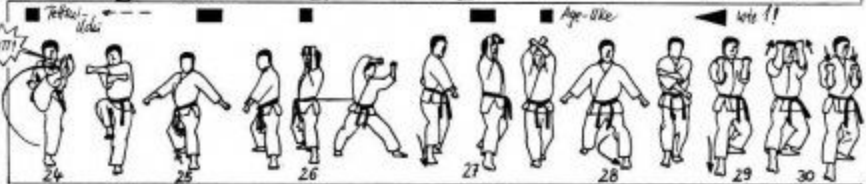


wie 4!

wie 7!

wie 8!

wie 9!



Hikate-Gai

26 und 27 wie in Heian Nidan

doppelter Uke-uke

doppelter Uke-tuki mit Uke-Blocken

Besonderheiten und Wiederholungen:  
 Sankaku-Tobi in Verbindung mit einem gleichzeitigen Ellbogenstoß (Nr. 32).  
 Die große auswärts Bewegung bei Nr. 1 finden wir auch bei Nr. 10 und Nr. 18.  
 Wiederholungen auch 3/4 und 5/6 und - ähnlich - 14/12/13, 17/19, 20/24, 22.  
 Davon etwa 50 Sekunden!

