



Shozin Renzoku no Kata

Formes : - Gakushu
- Renzoku
- Bunkai



1. **ICHIBAN** Tsuki – Shuto en Kibadachi à 45° - Tenchin Heito en Kokutsu – Tsuki – Gyaku Tsuki

2. **NIBAN** Tsuki – Gyaku Nukite – Shuto en Kibadachi à 45° - « « «

3. **SANBAN** Mae Geri – Shuto en Kibadachi à 45° - « « «

4. **YONBAN** Mae Geri – Tsuki – Gyaku Nukite – Shuto en Kibadachi à 45° - « « «

5. **GOBAN** Yoko Geri – Shuto en Kibadachi à 45° - « « «

6. **ROKUBAN** Mae Geri – Yoko Geri Sauri Conde – Shuto en Kibadachi à 45° - « « «

7. **NANABAN** Mawashi Geri – Shuto en Kibadachi à 45° - « « «

8. **ATCHIBAN** Mawashi Geri– Ura Mawashi Geri Sauri Conde – Shuto en Kibadachi à 45° - « «

9. **KYUBAN** Mikasuki Geri – Shuto en Kibadachi à 45° - « « «

10. **JUBAN** Mikasuki Geri – Ushiro Geri – Shuto en Kibadachi à 45° - « « «