

GOSHIN - JITSU PRAXIS

Schlagen mit beweglichen Gegenständen (Kette/ Gürtel)

Angriff	Abwehr
1) Gerader Schlag	- Halbkreisfußtritt - Ellenbogenstoß
2) Gerader Schlag	- ausweichen Fußtritt
3) Kreisförmiger Schlag auf die Beine	- gesprungener Fußtritt
4) Schwinger	- in die Hocke - Doppelhandsichel
5) Schwinger	- Schulterwurf
6) Rückhand	- Armstrecker zum Boden
7) Rückhand	- Körperrückwurf