

## DAI – NI - KYON

- REI ( Teito, un passo avanti, destra – sinistra )
- KAMAE ( Sfodero e vado in Sonkyo Kamae facendo un altro passo in avanti, destra – sinistra, mi rialzo e prendo la guardia Ciudan )
- Kamae wo toke
- DAI – NI – KYON :
- KAMAE KATA :
- Ciudan ni Kamae! ( mottohe )
- Migi Jodan ni Kamae! ( mottohe )
- Hidari Jodan ni Kamae! ( mottohe )
- Gedan ni Kamae! ( mottohe )
- Hasso ni Kamae! ( mottohe )
- Waki gamae ni Kamae! ( mottohe )
- DATOTSU :
- HARAI WAZA :
- Migi ni Harai Men wo.....Ute! ( Men )
- Hidari ni Harai Men wo.....Ute! ( Men )
- Hidari ni Harai Kote wo.....Ute! ( Kote )
- Migi ni Harai Nodo Tsuki wo.....Ute! ( Tsuki )
- Hidari ni Harai Nodo Tsuki wo.....Ute! ( Tsuki )

- SURIAGHE WAZA :
  
- Men wo...Migi ni Suriaghe Men wo.....Ute! ( Men )
- Men wo...Hidari ni Suriaghe Men wo.....Ute! ( Men )
  
- NUKI WAZA :
  
- Men wo...Nuki Men wo.....Ute! ( Men )
- Men wo...Nuki Kote wo.....Ute! ( Kote )
- Men wo...Nuki Do wo.....Ute! ( Do )
  
- OJI WAZA :
  
- Kote wo...Migi ni Kaeshi Kote wo.....Ute! ( Kote )
- Men wo...Migi ni Kaeshi Do wo.....Ute! ( Do )
- Men wo...Hidari ni Kaeshi Iaku Do wo.....Ute! ( Do )
- Tsuki wo...Migi ni Uchiotoshi Tsuki wo.....Ute! ( Tsuki )
- YAME ( Vado in Sonkyo Kamae e rinfodero, mi rialzo e faccio due passi indietro, sinistra – destra, sinistra – destra, Taito e saluto finale ).