

Shodan Shiken 5^{de} Dan Tai-Jutsu VJFF.

1. Aanvaller: L hand neemt uke bovenaan in kraag vast. R hand heeft mes in de rug.

Verdediging: Draai langs linkerzijde (L voet moet voorbij R been x) en houd L hand x in kote gaeshi. L hand grijpt op hetzelfde moment R hand x. Gin geri kruis en onderdoor draaien waarbij R hand x onder pols van L hand x komt. L hand loslaten, en beide handen aan R pols x. Neerhalen x en kakato geri fumi komi. Ondertussen ontwapenen. Kamae waarbij mes aan de hara. Snijkant naar buiten.

1. Aanval: tsuki jodan zone

Verdediging: afweer naar beneden op R arm x. Draai aan pols x waardoor handpalm naar boven komt, hefboom op elleboog. Op dat moment staat men R voor x. Onderdoor draaien en neerhalen. Afwerking door klem op elleboog en ook op pols via de pinkzijde.

2. Aanval: tsuki jodan zone

Verdediging: Zelfde afweer. R voet parallel met L voet x door onderdoor R arm x draaien langs zijn zijkant. Terugkeren naar voor. L hand komt in schouder, R hand heeft pols vast en L voet komt voor R voet x te staan (klaarmaken voor veeg). Veeg waarbij x RECHT naar beneden moet. Schouderklem door R voet voorwaarts te zetten met gestrekt been. Doch blijft de voet plat op de grond staan.

3. Aanval: Tsuki jodan

Verdediging: Afweer met R hand binnenkant R pols x. Shuto over pols draaien. Verpakken (nu grijpt L hand de R hand van x). Tai sabaki en terugkeren met kote gaeshi dmv tai sabaki. R hand op elleboog en x overdraaien op buik. Knie plaatsen op schouder. Rond arm draaien en andere knie in schouder zetten. Schouderklem door R voet te strekken en hand boven hoofd plaatsen. Uitdraaien en achterwaarts stappen.

4. Aanval: Achter om lenden

Verdediging: slag kneukels op handen x, kopstoot achterwaarts en dan bekken achterwaarts lanceren. L been zijwaarts uitstappen en armen x opengooien. R arm onder L arm x en hefboomtechniek aanzetten. Tai sabaki en x werpen. Vingerklemmen en R knie op kaak x.

5. Aanval: dubbele, lange wurging voorwaarts

Verdediging: L been uitstappen voorbij x. Drukpunt elleboog en schoudertorsing. Handen in elkaar slaan, veeg x. Klem naast hoofd en tsuki kasumi. Uitstappen en kamae.

6. Messteek R chudan.

Verdediging: Afweer pakkend op R hand x. Japanse shuto op L hand x die naar uithaalde. R hand pakt over R hand x. Gestrekte klem via pinkzijde (ikkyo?) en ontwapenen. Achterwaarts gaan en kamae met mes aan hara.

7. Aanval: messteek chudan

Verdediging: afweer idem. R hand overpakken op pinkzijde x. Terugkeren en kortstondig ikkyo (?) Doordraaien en arm x aan hara. Polsklem (kote mawashi). L hand op hetzelfde moment op elleboog x. **Vegen**. Arm x recht naar boven en draaien zodat we R knie naast hoofd x kunnen plaatsen. R hand drukt op schouder x dmv een vork te vormen met de hand. Op hetzelfde moment een torsing op pols via de pinkzijde. Ontwapenen na rechtstaan.

8. Aanval met twee: x en y staan achter uke. Ze grijpen elk een pols recht op recht.

Verdediging: R uitstappen naar voor en beide handen voorwaarts strekken vanuit de hara. Kort draaien en polsen x en y grijpen. X en y slaan naar gezicht. Onderdoor slag, draaien en torsing op pols en tegelijkertijd ellebogen tegen elkaar en hefboom maken (opleiding) en wegduwen.

9. Aanval met twee: x en y staan voor uke. Ze grijpen elk een pols recht op recht.

Verdediging: Naar links uitstappen en pols x grijpen, terugkeren en pols y grijpen. Armen x en y kruisen. Morote kote gaeshi en x en y ten val brengen.

10. Aanval met twee: x staat achter uke. Y staat ervoor. X korte wurging achter.

Verdediging: Lostrekken en kopstoot x. Y geeft tsuki jodan. Onder oksel wegdraaien en polsklem (controle) op x (kote mawashi). Ondertussen ontving x de tsuki van y. Y slaat opnieuw tsuki jodan. Taiso uchi op tsuki y. Afwerken met ikkyo (?) op y (gebeurt op hetzelfde moment dat kote mawashi op x wordt aangezet). Beide op grond drukken, controleren en achterwaarts weg.

11. Aanvaller: Jodan tsuki.

Verdediging: Sprong naar R zijde x en ondertussen afweer op arm naar omlaag door middel van dubbele slag. L hand aan schouder, R hand aan pols x. Onderuit trappen x. Kakato geri fumi komi kasumi. Achterwaarts en kamae.

12. Aanval: Rever achter en bedreiging rechts mes in rug

Verdediging: Om L zijde draaien en meshand grijpen. Ander hand neemt L hand x en zet kote gaeshi aan. Gin geri kruis. R arm x aan L elleboog x en klem aanzetten. Grijp R arm x en zet kote gaeshi aan naar R zijde x (neergooien). X ten val brengen, ontwapenen. Mae geri fumi komi kasumi.

13. Driededige aanval met bo:

- aanval zijkant hoofd met achterkant bo
- aanval scheenbeen met bo
- aanval bovenkant hoofd met bo.

Verdediging: Beantwoording aanvallen. Bo aanvaller vastgrijpen waardoor zijn vingers tussen de twee bo inzitten. Naar onder duwen en twee bo meepakken.

14. Aanval: L hand x aan bovenkant kraag, R hand grijpt R pols.

Verdediging: Over R zijde draaien en terug naar voor komen. X arm aan hara. L hand op elleboog en R hand aan pols. Arm x naar boven brengen en plooiën, controle door polsklem. L achteruit stappen, R hand in nek x en hem onderdoor duwen met R hand in nek. R been aan rug x strekken en elleboog op R knie plaatsen en L hand op kaak x zetten. L hand op rug x en slag geven, terwijl hefboom techniek gebruikt wordt om x om te draaien. R voet naast hoofd x en R knie op rug plaatsen. Arm opvouwen en polsklem aanzetten. Arm op rug draaien, schoudertorsing door L hand op de schouder te plaatsen en zich op te richten. Kamae.

15. Aanval: Jodan tsuki met L hand op de borst

Verdediging: R hand x grijpen terwijl met eigen R hand een stoot op L hand x wordt gegeven (die zich op borst x bevindt). L Onderdoor draaien en armen x kruisen. Op L knie zitten en x over zich werpen. R knie aan zijkant x plaatsen. L arm recht trekken en R arm x aan elleboog plooiën. R arm x naar voor drukken en elleboog klem aanzetten door hand op pols x te draaien (wijsvinger wijst naar voor, dan pols x tussen wijs – en middelvinger laten vallen, dan duim op rugzijde hand x, pols volledig grijpen en klem aanzetten)

16. Aanval: Pistool voorhoofd Rechts

Verdediging: Hoofd lichtjes naar achter buigen. R hand aan pols x en L hand in vouw elleboog x. Polsklem waarbij het pistool naar nek x wijst. Beenveeg en polsklem aanzetten. R knie op ribben x. X ontwapenen en polsklem is controle. Achterwaarts stappen en pistool op x richten. Pistool lichtjes laten zakken.

17. Aanval: Pistool Rechts zijwaarts aan de linker slapen

Verdediging: Over L zijde draaien en tetsui hoofd, dan tetsui biceps, ude garame. Vegen. Pistool op nek x richten, ontwapenen en zelfde afwerking als 16.

18. Aanval: Pistool Rechts achter tegen het hoofd.

Verdediging: over L zijde draaien (terwijl slag op hoofd gegeven wordt) en lange armklem aanzetten (belangrijk om met R hand op de schouder van x te drukken). Vegen. Kiba dashi en optorsen van arm. Slag op plexus en x ontwapenen. Zelfde afwerking.

19. Aanval: Steek met de bo naar de buik

Verdediging: L uitstappen en bo grijpen met beide handen. X uit balans trekken, terugkeren en over rug draaien. Bo naar voor trekken zodat x rugwaarts valt. Slag met bo op hoofd x.

20. Aanval: Steek met de bo in de buik L, overnemen en zijwaarts boslag in nek x valt.

Verdediging: L hand grijpt bo met rug van de hand naar boven. R hand grijpt bo met palm naar boven. Achterkant bo geeft slag in nek x – ondertussen L instappen – x valt. Met achterkant bo slag op hoofd x.

21. Aanval: Met rechtse hand rever grijpen recht op recht

dus de linker rever, arm plooien en o-soto-gari rechts.

Verdediging: Pols x grijpen, R tsuki in ribben. Houding om kote gaeshi aan te zetten met L hand. Afwerking zelfde als bij lange wurging voor (Handen in elkaar slaan, veeg x. Klem naast hoofd en tsuki kasumi. Uitstappen en kamae.)

22. Aanval: Met rechtse hand rever grijpen recht op recht

Verdediging: R hand trekt aan eigen rever om x te laten lossen. Linkerhand brengt grijpende hand naar rechtse zijde x (vingers naar ogen) terwijl hij zijwaarts uitstapt naar R (afstand nemen). Neerwaartse trekbeweging x pols door middel van kwartslag tai sabaki L, hij valt en elleboog plaatsen op de grond, vervolgens gewone polsklem.