Goju shiho-Sho

V = Vorderansicht
S = Seitenansicht

©by Albrecht Rüger 2000

■ = nach dem Kiai sofort weiter ■ = sofortiges Kiai, eine Sekunde Pause ◀ = langsam zum Kiai --→ = Zwischenzeit ∿∿ = langsam ohne Kiai