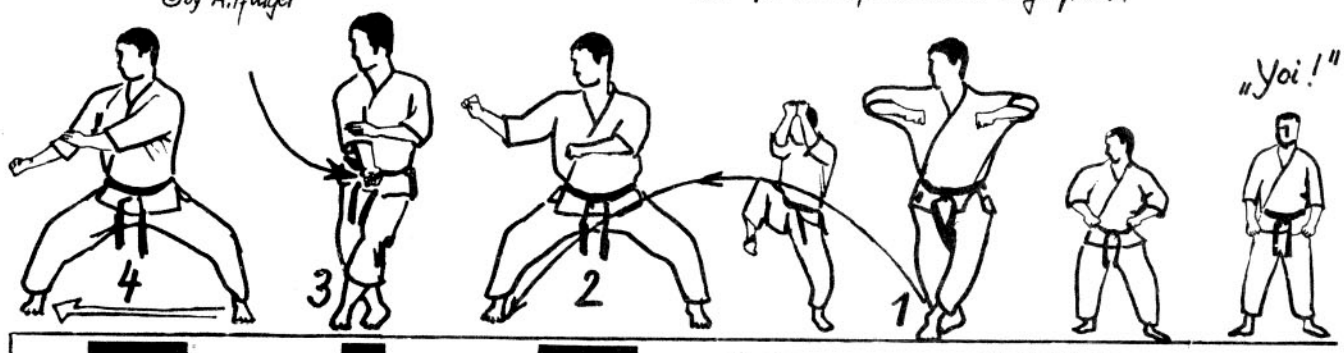
# Tekki Nidan (Nr. 2)

©by A. Flüger

Bei 3 und 7 Fußbewegung (Überkreuzen) leicht u. geschmeidig, Armbewegung hart und mit KIHE!
Bei 3,4 und 7,8 Daumen abgespreizt




Gedan-Uke (Arm-innenkante) — Gedan-Uke (Armaußenkante) — Chudan-Uke (Armaußenkante) — Knie hoch zum Stampftritt — langsames und ruhiges Heben der Arme




ruhig und langsam Fuß an und Arme hoch- dabei Blickwendung!

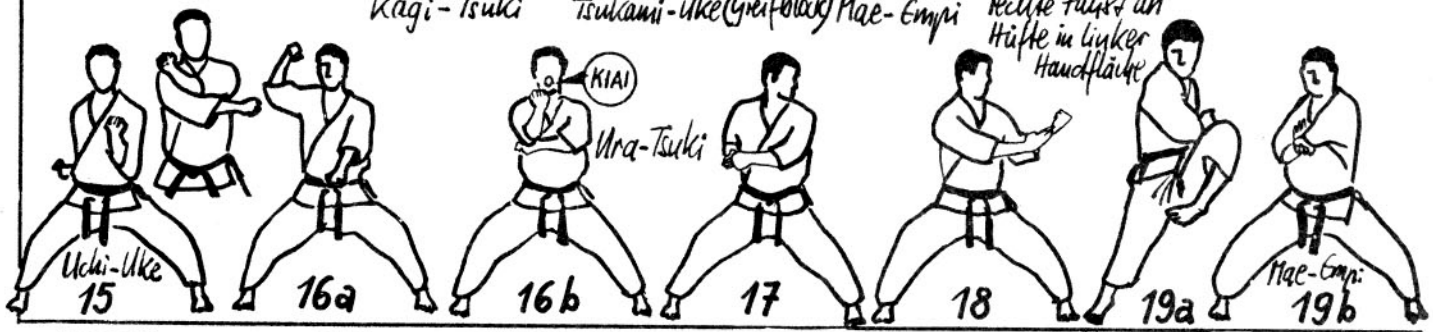
Bewegungen 6, 7 und 8 wie bei 2, 3 und 4!

langsames Ausholen zum

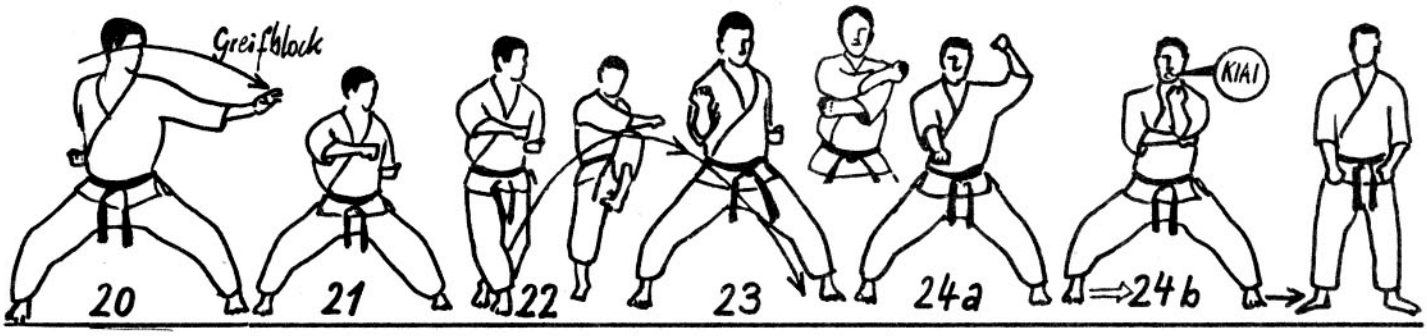
rechte Faust (senkrecht) in linker Handfläche




Kagi-Tsuki — Tsukami-Uke (Greifblock) Mae-Empi — rechte Faust an Hüfte in linker Handfläche — Uchi-Uke




gerade umgekehrt wie 9!




„Yame!"

9 bis 16b ist genau wie 17 bis 24b, nur andere Seite! 13, 14, 15 und 16 sowie 21, 22, 23 und 24 ist genau gleich wie in Tekki Shodan.

Dauer etwa 30 Sekunden!