

Aanval situatie	Verdediging techniek
Solo, tachi waza	<p>Tsugi-ashi <i>Met je voorste voet naar voren gevolgd door de ander die achterste voet blijft</i></p> <p>Irimi <i>Lijkt op gewoon lopen, met je achterste voet naar voren gevolgd door de ander die achterste voet wordt, in de lijn achter de voorste</i></p> <p>Mae ukemi <i>Voorwaartse rol</i></p>
Aihanmi katatedori, tachi waza	<p>Ikkyo, omote en ura <i>Via buikzijde of voorlangs en via rugzijde of achterlangs</i></p> <p>Shihonage, omote en ura <i>Vier richtingen worp, onder de elleboog draaien tot de nek</i></p> <p>Kotegaeshi <i>Pols uitdraai en waterval worp</i></p>
Ryu katatedori, suwari-waza	Kokyo-ho