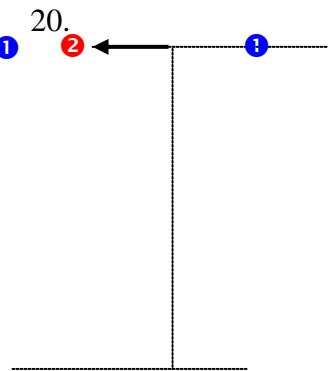
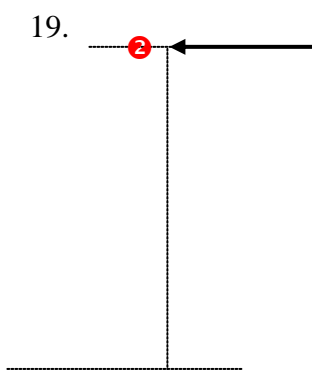
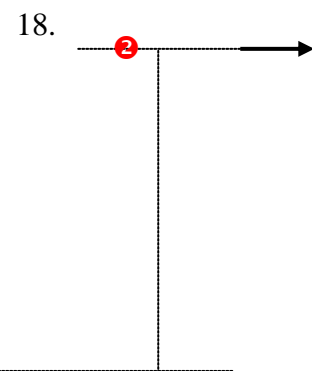
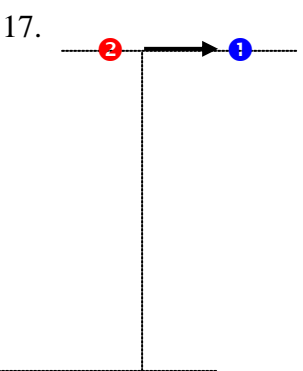
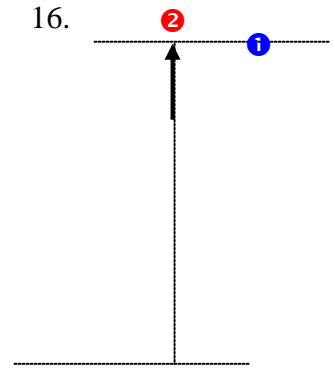
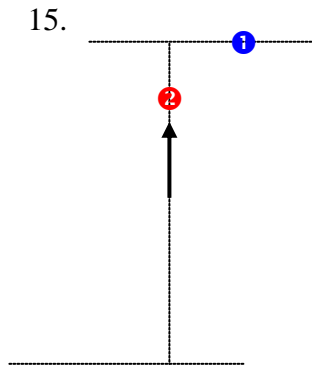
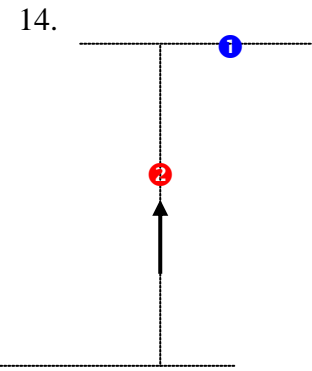
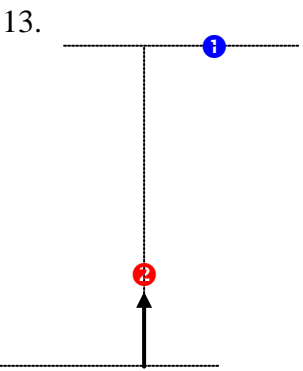
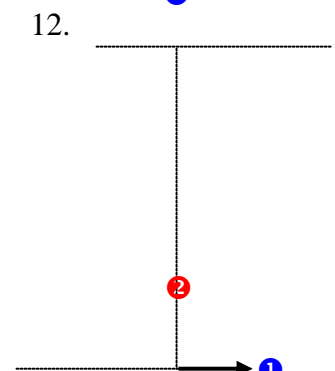
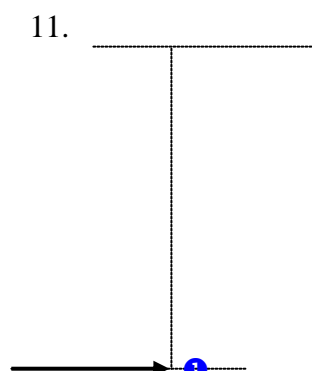
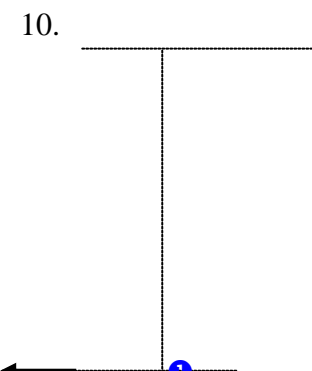
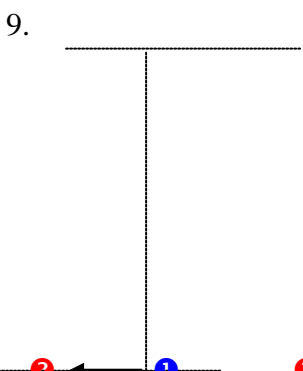
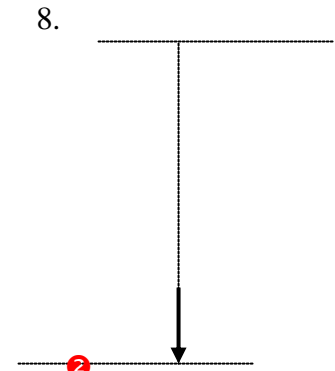
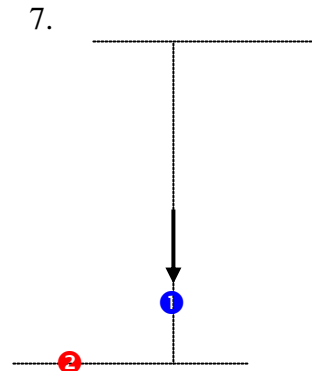
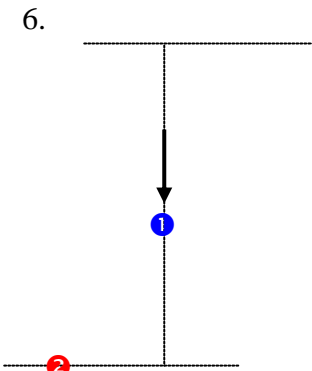
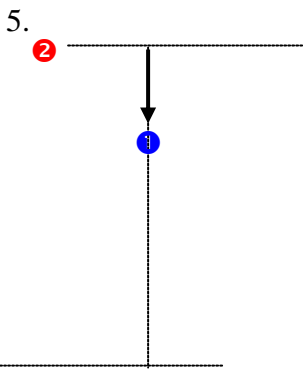
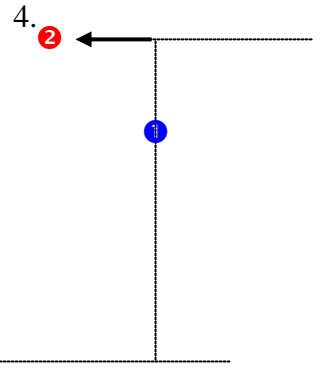
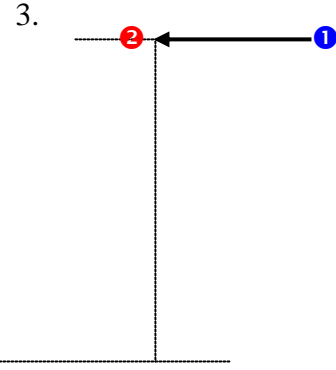
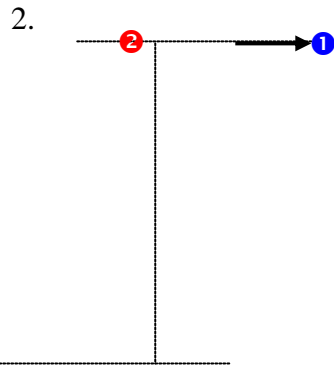
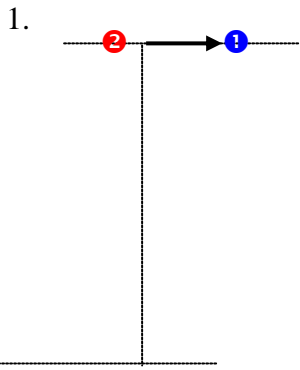


TAIKYOKU SONO ICHI/NI

	Uke, a kata végrehajtója	Tori, segédek, támadók ❶, ❷
	A katas fudo dachiban kezdjük.	
Yoi!	Vezényszóra mindkét kéz ökölbe zárva befelé fordított tenyérrel, egymást keresztezve arcmagasságig emelkedik, egyidejűleg mindkét sarkat kifelé nyomjuk uchi-hachi-ji-dachiba (fontos, a gyors végrehajtás). Lassan, de eroteljesen mindkét kart lefelé húzzuk, obi magasságig és ugyanakkor a két lábfejet párhuzamos állásba hozzuk (heiko dachi). Ez a mozgássor minden Taikyoku és Pinan kata kezdő mozgássora. A továbbiakban ezt kell érteni az alatt, mikor a kata kezdésekor azt írjuk: "Yoi" vezényszóra heiko dachiba állunk.	
Hajime!		
1.	Vezényszóra balra 90 fokban lép bal zenkutsu dachiba, közben seiken gedan barait hajtunk végre	❶ Vezényszóra jobb láb mae geri chudan, lépés előre jobb zenkutsu dachiba.
2.	Lépés előre jobb zenkutsu dachiba, bal kéz eltart, majd seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❶ Lépés hátra jobb lábbal bal zenkutsu dachiba.
3.	A test 180 fokban fordul jobb zenkutsu dachiba, seiken gedan barai.	❷ Bal láb mae geri chudan, lépés előre bal zenkutsu dachiba.
4.	Lépés előre bal zenkutsu dachiba, jobb kéz eltart, majd seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❷ Lépés hátra bal lábbal jobb zenkutsu dachiba.
5.	A bal láb 90 fokban balra lép bal zenkutsu dachiba, seiken gedan barai.	❶ Bal jui kamae, jobb láb mae geri chudan, lépés előre jobb zenkutsu dachiba.
6.	Lépés előre jobb zenkutsu dachiba, bal kéz letart, majd seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❶ Lépés hátra jobb lábbal bal zenkutsu dachiba.
7.	Lépés előre bal zenkutsu dachiba, seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❶ Lépés hátra bal lábbal jobb zenkutsu dachiba.
8.	Lépés előre jobb zenkutsu dachiba, seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki. KIAI	❶ Lépés hátra jobb lábbal bal zenkutsu dachiba.
9.	A bal láb a test mögött keresztbe lép jobbra 90 fokba, bal zenkutsu dachiba. (A test jobb lábon 270 fokot fordul.) Seiken gedan barai.	❷ Bal jui kamae, jobb láb mae geri chudan, lépés előre jobb zenkutsu dachiba.
10.	Lépés előre jobb zenkutsu dachiba, bal kéz eltart, majd seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❷ Lépés hátra jobb lábbal bal zenkutsu dachiba.
11.	A test 180 fokban fordul jobb zenkutsu dachiba, seiken gedan barai.	❶ Jobb jui kamae, bal láb mae geri chudan, lépés előre bal zenkutsu dachiba.
12.	Lépés előre bal zenkutsu dachiba, jobb kéz eltart, majd seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❷ Lépés hátra bal lábbal jobb zenkutsu dachiba.
13.	A bal láb 90 fokban balra lép bal zenkutsu dachiba, seiken gedan barai.	❷ Bal jui kamae, jobb láb mae geri chudan, lépés előre jobb zenkutsu dachiba.
14.	Lépés előre jobb zenkutsu dachiba, bal kéz letart, majd seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❷ Lépés hátra jobb lábbal bal zenkutsu dachiba.
15.	Lépés előre bal zenkutsu dachiba, seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❷ Lépés hátra bal lábbal jobb zenkutsu dachiba.
16.	Lépés előre jobb zenkutsu dachiba, seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki. KIAI	❷ Lépés hátra jobb lábbal bal zenkutsu dachiba.
17.	A bal láb a test mögött keresztbe lép jobbra 90 fokba, bal zenkutsu dachiba. (A test jobb lábon 270 fokot fordul.) Seiken gedan barai.	❶ Bal jui kamae, jobb láb mae geri chudan, lépés előre jobb zenkutsu dachiba.
18.	Lépés előre jobb zenkutsu dachiba, bal kéz eltart, majd seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❶ Lépés hátra jobb lábbal bal zenkutsu dachiba.
19.	A test 180 fokban fordul jobb zenkutsu dachiba, seiken gedan barai.	❷ Jobb jui kamae, bal láb mae geri, lépés előre bal zenkutsu dachiba
20.	Lépés előre bal zenkutsu dachiba, jobb kéz eltart, majd seiken oi chudan / <u>jodan</u> tsuki.	❷ Lépés hátra bal lábbal jobb zenkutsu dachiba.
Naore!	Vezényszóra fudo dachiba állunk.	

Yoi! ② ○ ①

Taikyoku sono ichi / ni



Nahore! ② ○ ①