

Geki Sai Dai Ni

(Angrib og ødelæg nr. 2)

1	<p>A: Spark mod underlivet (Gedan Mae Geri)</p> <p>B: Shiko-Dachi (udvendig) – Zenkutsu Dachi. Nedadgående parade og stød mod hovedet. (Gedan Harai Uke – Jodan Gyaku Zuki)</p>
2	<p>A: Stød over forreste ben mod brystet og stød over modsatte ben mod skridtet (Chudan Oi Zuki – Gedan Gyaku Zuki)</p> <p>B: Heiko Dachi - Zenkutsu Dachi (indvendig side). Parade for brystet, spark mod underlivet, albueslag mod Ganka/ snapslag mod Jinchu/ nedadgående parade - modsat stød mod Ganka. (Chudan Yoko Uke - Gedan Mae Geri – Age Hiji Ate/ Jodan Uraken - Uchi/Gedan Harai Uke- Chudan Gyaku Zuki)</p>
3	<p>A: Stød mod brystet (Chudan Oi Zuki)</p> <p>B: Hachiji Dachi. Tvist udvendig, gribende parade for brystet, sidelæns håndkantslag mod brystet eller hals og fej A's ben væk, afslut med hæl-stamp mod hovedet eller armhule. (Hiki Uke - Yoko Shuto Uchi - Ashi Barai - Fumikomi Geri)</p>
4	<p>A: Stød mod brystet (Chudan Oi Zuki)</p> <p>B: Heiko Dachi (glid fremad). Gribende parade, glide frem og grib samtidig med den anden hånd nedefra om A's overarm, første hånd griber om struben. (Hiki Uke – Sukui Uke – Jodan Noda Tsukami) Bevægelse fremad i cirkel bagom angribers ben</p>
5	<p>A: Stød mod brystet over forreste ben og stød mod brystet over modsatte ben (Chudan Oi Zuki - Chudan Gyaku Zuki)</p> <p>B: Heiko Dachi – Heiko Dachi. Gribende parade – glide modsat og udfør gribende parade igen og fingerstik mod halsen. (Hiki Uke - Hiki Uke - Jodan Nukite Zuki)</p>
6	<p>A: Stød mod jodan (Chudan Oi Zuki)</p> <p>B: Neko Ashi Dachi (indvendig side). Dobbelt cirkelparade(tigermundsparade), ryk frem og grib fat i hovedet og i skridtet over forreste ben og mod ansigtet med modsatte hånd eller stød med håndroden mod kraveben og lysken. (Tora Guchi – Jodan + Gedan Tsukami eller Jodan + Gedan Shotei Zuki)</p>

Kort forhåndsforklaring:

A: Angriber – "Semete" (Starter i Zenkutsu dachi og går frem i Zenkutsu dachi, som udgangspunkt med chudan oi zuki)

B: Forsvarer – "Ukete" (Starter i Heiko dachi) Forsvareren går som udgangspunkt på ydersiden af angriberen, hvis ikke andet er angivet Flere på hinanden følgende teknikker er adskilt med en bindestreg Flere på hinanden følgende teknikker med samme hånd er adskilt med en skråstreg

Forklaring på de nervepunkter der er nævnt med japansk betegnelse: Punktet Ganka findes i samme højde som Solar Plexus i brystvorte linjen. Punktet Jinchu findes lige under næsen i området mellem næsen og overlæben. Punktet Denko er ribbens kant.