

#	Angriff	Technik	Bemerkung
1	Schwinger o. Ohrfeige	<ol style="list-style-type: none"> 1. Passivblock zur Angriffsseite 2. Schulter fassen auf Angriffsseite i.V.m. Ellenbogenschlag zum Kopf 3. O-Soto-Gari (Große Außensichel) 4. Sichern 	<p>→ nur sinnvoll, wenn Fuß auf Angriffsseite vorne steht bzw. vorgesetzt wird beim Angriff!</p> <p>Zu1.) beim Blocken nach schräg-vorne auf der Angriffsseite bewegen Zu 2.) Nahezu zeitgleich mit 1.</p>
2	Seitlicher Fußtritt (Mawashi-geri)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bein ‚fangen‘ und festhalten 2. Kata-ashi-dori (O-ouchi-gari) 3. Fußtritt zum Genitalbereich o. Fußhebel 	zu 1.) Dabei Abstand zum Angreifer verringern
3	‚Ohrfeige‘	<ol style="list-style-type: none"> 1. Doppelblock nach innen 2. Ellenbogenstoß zum Solarplexus 3. Seoi-nage (Schulterwurf) 	Zu 2.) Dabei den Arm mit der anderen Hand festhalten
4	Würgen von der Seite mit beiden Händen	<ol style="list-style-type: none"> 1. Schultern hochziehen und Kinn runter 2. Schockschlag in Genitalbereich o. Solar Plexus 3. O-goshi (großer Hüftwurf) 	
5	Würgen von hinten mit dem Unterarm (re. Seite)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Schultern hochziehen u. Kinn runter 2. Umklammernden Arm mit beiden Händen fixieren 3. Ellenbogenstoß nach hinten 4. Tai-otoshi (Körpersturz) 	Zu 3.) Dabei entgegen der Angriffsrichtung den Körper seitlich verschieben
6	Handrückenschlag	<ol style="list-style-type: none"> 1. Doppelblock m. Hand/Unterarm 2. De-ashi-barai (Fußfegen) gegen vorne stehendes Bein 	→ nur sinnvoll, wenn Fuß auf Angriffsseite vorne steht bzw. vorgesetzt wird beim Angriff!
7	‚Schwitzkasten‘ von der Seite	<ol style="list-style-type: none"> 1. Schlag / Griff in Intimbereich 2. Sukui-nage (Schaufelwurf) 3. Fauststoß zum Kopf (bei Wurf nach vorne) 	Sukui-nage nach hinten o. vorne
8	‚Schwitzkasten‘ von vorne	<ol style="list-style-type: none"> 1. Schlag / Griff in Intimbereich 2. Yoko-Otoshi (Seitfallzug) 3. seitl. Rollen mit fixiertem Arm in Richtung gegnerische Füße → Drehung des Angreifers in Bauchlage 4. Sichern 	
9	Einhändiger Griff ins Rever i.V. m. Schwinger	<ol style="list-style-type: none"> 1. Handgelenk der Hand am Rever gleichseitig greifen 2. Block nach außen 3. Koshi-guruma (Hüfttrad) 4. Atemi-Technik 	
10	Schwinger	<ol style="list-style-type: none"> 1. Unterdurchtauchen i.V.m. Passivblock 2. Te-guruma (Handrad) 	