

© by A. Flügel Unsu

Die Herkunft dieser vermutlich sehr alten Kata ist unklar. Möglicherweise gehört sie zur NIIGAKI-Schule wegen ihrer Ähnlichkeit mit NIJUSHIHO (NISEISHI). Unsu wird im SHOTOKAN- und SHITO-RYU-Stil geübt. Sollte nur von Karate-Meistern geübt werden!

Yoi!

einatmen! Shotō-Uke ausatmen! Tate-Shuto-Uke (beide Hände) Keitō-Uke

Jpnon-Nukite (sofort zurückknappen!) auch bei 6 u. 8

1 Fußshaken (Ashi-Gake)

9-16 sehr schnell hintereinander!

zwei Mal Mawashi-Geri

wie 2!

Gyo-Ku-Tsuki Haito-Uchi wie 20!

Handhaltung Nr. 3-8 u. 20, 21
Abwehr: Keitō-Uke (Nr. 3, 20 u. 21)
Angriff: (Nr. 4, 6 u. 8) Jpnon-Nukite

dabei Blick nach links → Taishūngsbewegung (Finte) dabei Blick nach rechts (Finte)

einatmen! 47-50 Sanchin-Dachi

Vame! **Naote**

Schrittdiagramm (Embusen)

Stellungen:
Zk.-D. = Zenkutsu-Dachi
Uk.-D. = Ukokutsu-Dachi
So.-D. = Sokutsu-Dachi
Sa.-D. = Sanchin Dachi
V = von vorne
S = Seitenansicht

Bei 9, 11, 13, 15 auch Tenkutsu-Dachi möglich.
Bei 45 manchmal Sokutsu-Dachi mit Tate-Shuto-Uke
Bei 51 auch Tenkutsu-Dachi möglich (Kawazawa)
47, 48/49, 50 Mawashi-Uke wie in Nijushihō 33, 34.
Dauer etwa 60 Sekunden!