2. Kombination

Richtungsangaben verstehen sich bei den Kombinationen aus der Sicht des Ausführenden!

"Junbi" (Ausgangsstellung): Aus der geschlossenen Beinhaltung den linken Fuß schulterbreit nach links setzen (alle Zehen zeigen nach vorn), dabei Fäuste langsam vor dem Körper absenken.

1

1 Blick nach links, linken Fuß zu breiter Stellung nach links setzen (alle Zehen zeigen nach vorn), dabei links Innenunterarmabwehr nach außen (links vom Körper).

2

2 Blick nach rechts, rechts Innenunterarmabwehr nach außen (rechts vom Körper).

3

3 Auf linkem Fuß 90° rechtsherum drehen, rechten Fuß zu großer Stellung absetzen, dabei links Handaußenkantenschlag nach innen (vor dem Körper, eigene Halshöhe).

4

4 Auf rechtem Fuß 180° linksherum drehen, linken Fuß zu großer Stellung absetzen, dabei rechts Handaußenkantenschlag nach innen (vor dem Körper, eigene Halshöhe).

5

5 Linken Fuß wieder parallel zu rechtem setzen zu breiter Stellung (alle Zehen zeigen nach vorn). Links Handaußenkantenabwehr nach außen unten (links vom Körper).

6

6 Blick nach rechts, rechts Handaußenkantenabwehr nach außen unten (rechts vom Körper).

7a

7b

7a Blick nach vorn. Links, dann sofort **7b** rechts Fauststoß nach vorn (jeweils Kopfhöhe), beim zweiten Stoß Kampfschrei.

"Paroh": Linken Fuß beiziehen zur Junbi-Stellung (siehe oben).