

Verplaatsingen



Tai – sabaki (klein): Achterste been bijbrengen, pivoteren. Voorste been blijft het steunbeen



Tsugi – ashi: Tussenpas, achterste been bijbrengen en daarna voorste been verplaatsen



Okuri – ashi: Hulppas, voorste voet verplaatsen, stand tijdelijk breder maken, achterste voet bijbrengen, draaien en ander been verplaatsen



Tai – sabaki (groot): Voorste been naar achter verplaatsen, wisselen van steunbeen, pivoteren

Verplaatsingen



Yori – ashi: Bijtrekpas, voorste been verplaatsen, tijdelijk verlengen van de stand, daarna achterste been verplaatsen



Kaiten ashi: Pivoteren op voorste been



Shomen: Heupen en lichaam recht naar voor



Hanmi: Heup van het achterste been is weggedraaid naar achter

Verplaatsingen



Gyaku hanmi: Heup van het achterste been is volledig naar voor gericht



Hikite: Terugtrekken van de hand naar de heup



Hikiashi: Terugtrekken van de voet naar het lichaam