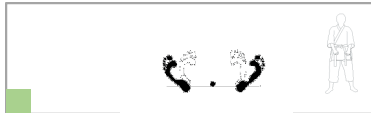
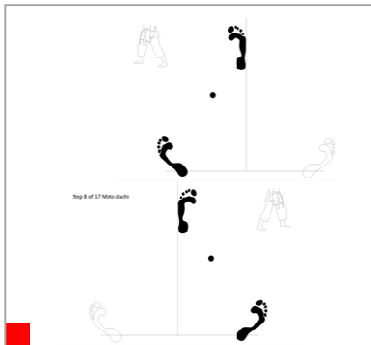


## TBM Dachi No Kata - Teil 1

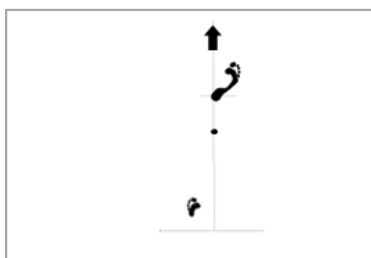


Kamae  
in Hachiji Dachi

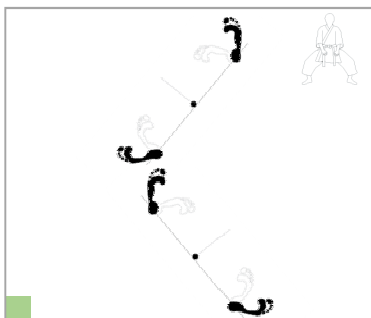


Rückwärtsschritt links  
in Moto Dachi,  
dann Uchi Uke<sup>1</sup> rechts

Rückwärtsschritt rechts  
in Moto Dachi,  
dann Uchi Uke links

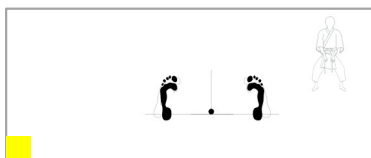


Vorwärtsschritt rechts  
in Goshindo-  
Ausgangsposition  
dann Vorwärtsschritt/  
block

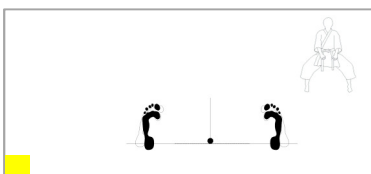


Links zurücksteigen  
in Shiko Dachi  
mit Soto Uke<sup>2</sup> rechts

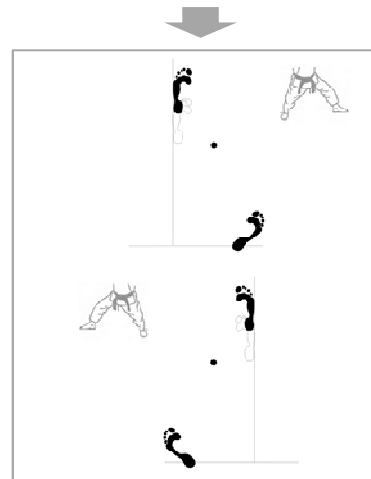
Rechts zurücksteigen  
in Shiko Dachi  
mit Soto Uke links



Links zurücksteigen  
in Heiko Dachi,  
mit Age Uke<sup>3</sup> links

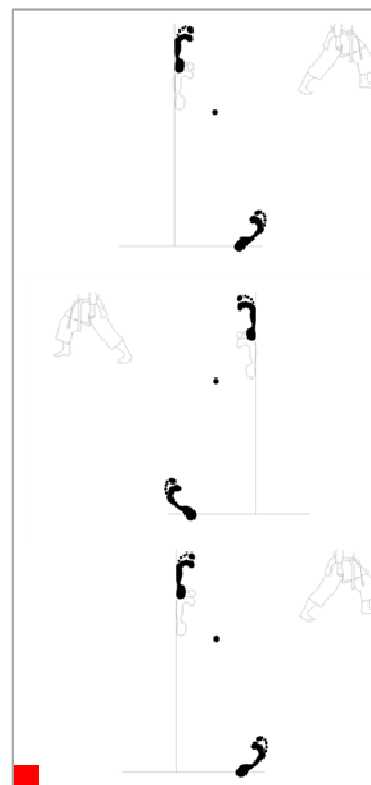


Rechts wegsteigen  
in Kiba Dachi,  
Age Uke rechts



Rechts zurücksteigen  
in Kokutsu Dachi  
mit Gedan Barai<sup>4</sup> links

Links zurücksteigen  
in Kokutsu Dachi  
mit Gedan Barai rechts



Links vorsteigen  
in Zenkutsu Dachi  
mit Oi Zuki links

Rechts vorsteigen  
in Zenkutsu Dachi  
mit Oi Zuki rechts

Links vorsteigen  
in Zenkutsu Dachi  
mit Oi Zuki links  
und KIAI



Links zurücksteigen,  
Kamae  
in Hachiji Dachi

<sup>1</sup> Block von innen nach außen

<sup>2</sup> Block von außen nach innen

<sup>3</sup> Block um hohe Angriffe abzuwehren

<sup>4</sup> Block um tiefe Angriffe abzuwehren