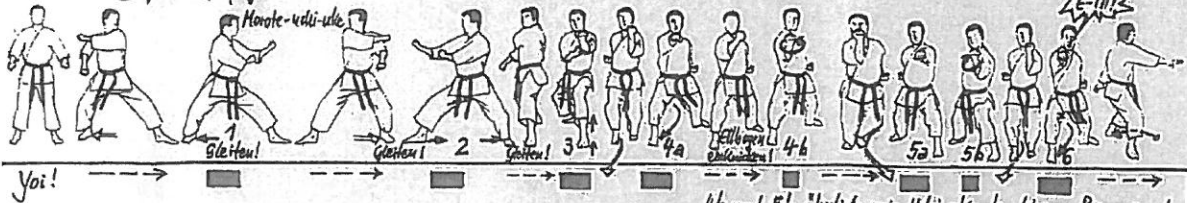


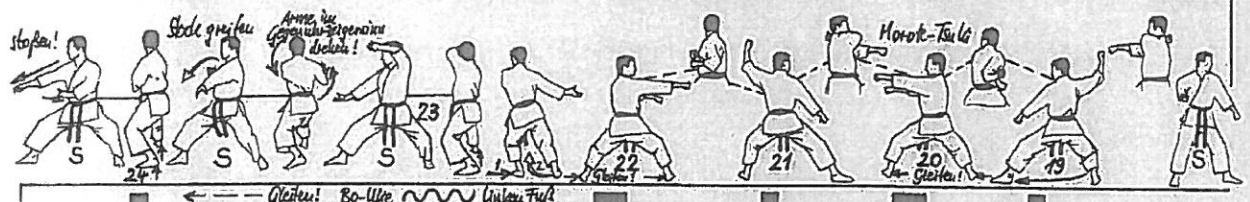
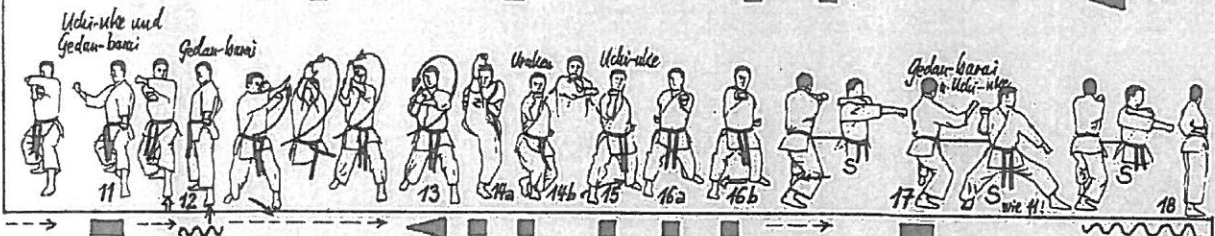
Kanku-Sho

© by Alexander Pfleger

Während Kanku-Dai (=KUSHANKU) in anderen Karate-Richtungen auch geübt wird, wird Kanku-Sho nur im SHOTOKAN-Stil geübt. Chosin Chibana, einem der besten Schüler von Meister HOSHI, ist es zu verdanken, daß diese Kata heute geübt wird.



4b und 5b ähnlich wie Uchi-uke aber kleinere Bewegung!



Besonders charakteristisch für diese Kata sind die weichen Wendungen, die Sprünge mit zum Teil sofortigen Umspringen.

Viele Wiederholungen auch hier: 7-12, 13-18 und 28-31. Die Bewegungen 7, 13 und 28 sind fast gleich wie bei Bassai-Dai Nr. 18 und genau gleich wie bei Bassai-Sho Nr. 16: die ganze linke Hand wird auf das rechte Handgelenk gelegt (bei der Bassai-Dai sind es nur die Fingerspitzen, die das Handgelenk leicht berühren).

Linken Fuß zurück ziehen!



Schrittdiagramm (Einsenzen) Dauer etwa 50 Sekunden!

