

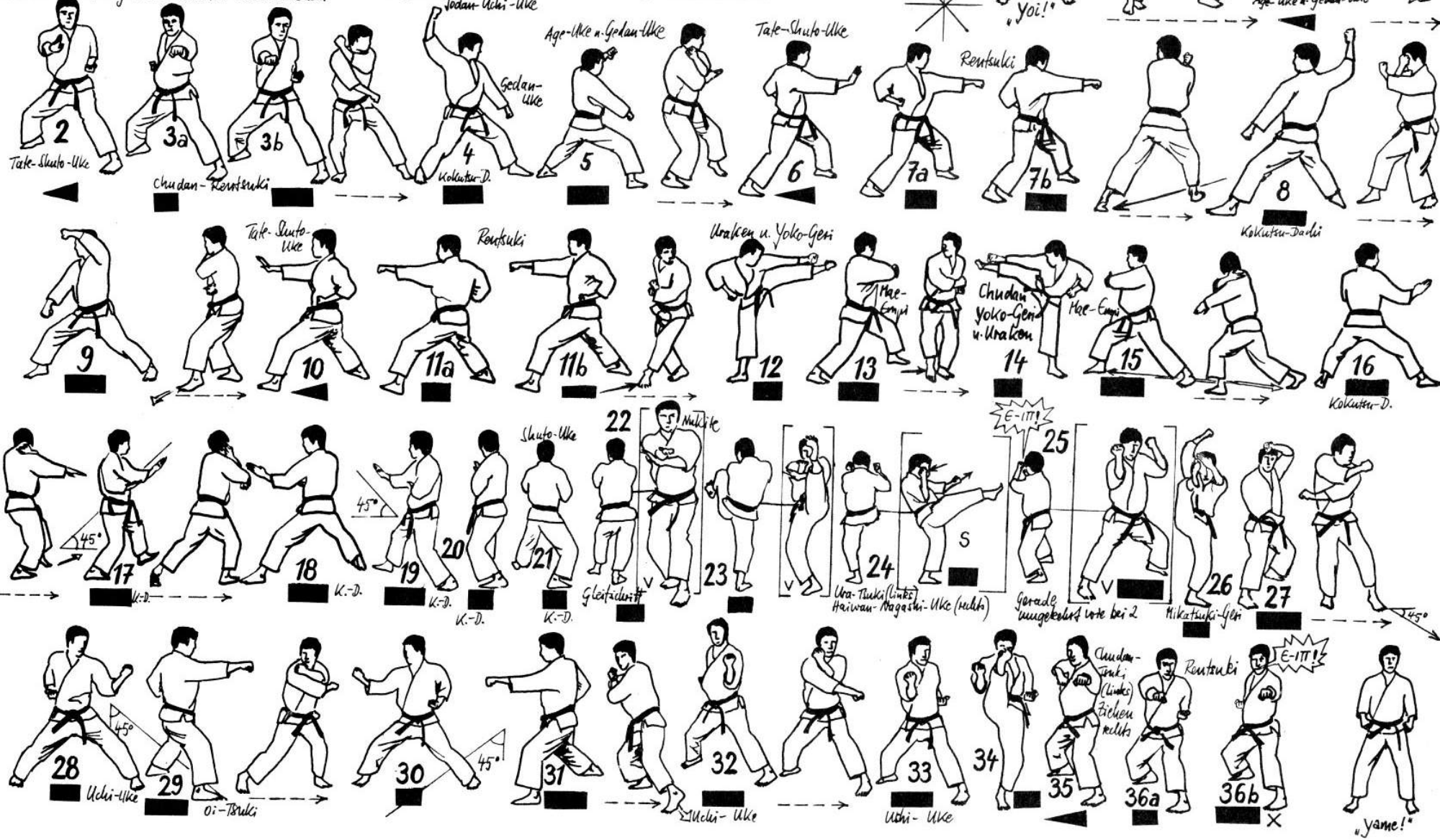
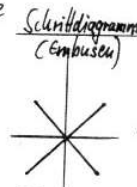
Sochin

© by A. Pflüger

壮鎮

(Sochin-Dachi = schräge Kiba-Dachi-Position, Knie- und Hüftspannung nach außen)
 starke Zwischenstellung zwischen Zenkutsu- und Kiba-Dachi

- Zeichenerklärung
- = nach dem Kime gibt es die nächste Technik
 - = starker Kime, eine Sekunde Pause
 - ◀ = langsame Bewegung zum vollen Kime
 - X = zwei Sekunden Pause
 - = Hinkehrzeit
 - V = Vorderansicht
 - S = Seitenansicht



■ = nach dem Kime gibt es die nächste Technik
 ■ = starker Kime, eine Sekunde Pause
 ▶ = langsame Bewegung zum vollen Kime
 X = zwei Sekunden Pause
 → = Hinkehrzeit
 V = Vorderansicht
 S = Seitenansicht