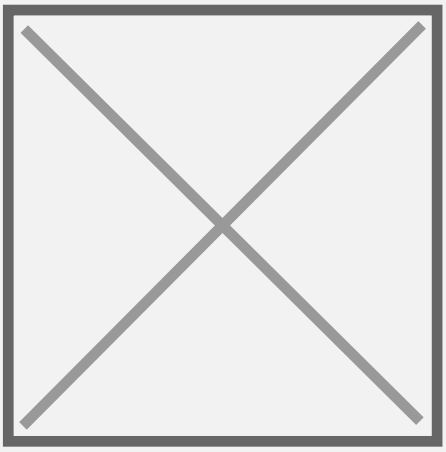
Kumite: Afstand bewaren, Kumite: Afstand bewaren



Materiaal
Klein

Opstelling
Vrij

Partneroefening
Ja

Graad
Beginner, 9-8 kyu, 7-6 kyu

Kumitevaardigheden
Afstand

Beide staan met één voet in de hoepel. De aanvaller kan dichterbij komen of wegdraaien, maar de voet moet in de hoepel blijven. Bij de aanval mag de verdediger de hoepel verlaten.

Variatie: Vrij laten werken in kihon ippon kumite of in jyu ippon kumite, maar beide moeten bij het starten met één voet in de hoepel staan.