

# **AIKI-KEN**

## **Grundbegriffe**



# KAMAE Haltungen

wie bei [Aiki-Jo!](#)



# TSUKI

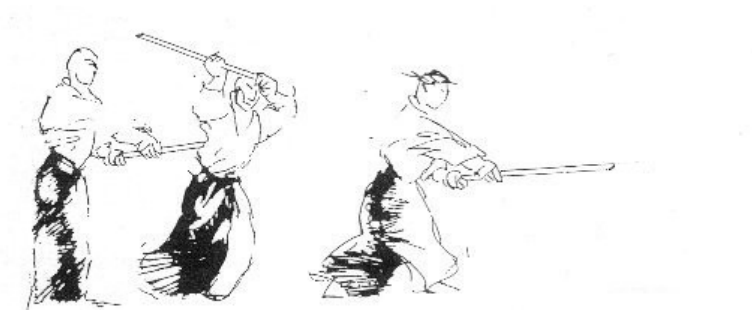
## Stoß



# UCHI-KOMI

## Schnitte / Schläge

Das Bokken kann als Imitation des Katana oder als Holzobjekt verstanden werden. Uchi-komi wird dementsprechend etwas unterschiedlich entweder als Schnitt oder als Schlag gestaltet.



### SHOMEN-UCHI

senkrechter Schnitt / Schlag  
zur Schädelmitte

### YOKOMEN-UCHI

leicht schräger Schnitt / Schlag  
zur Schläfe

## Die Hauptbegriffe im Überblick

<b>KAMAE</b>	körperliche Grundhaltung
<b>SUBURI</b>	Grundübung ohne Partner
<b>AWASE</b>	Grundübung mit Partner zur Harmonisierung der Bewegung
<b>KUMI-TACHI</b>	festgelegte Partnerübung mit Bokken