



# Kamishin Ryu



## Blue Belt – 5<sup>th</sup> Kyu

### 1. STANCES

Fudo Dachi  
Musubi Dachi  
Neko Ashi Dachi

Sanchin Dachi  
Uchihachiji Dachi  
Kokutsu Dachi

Zenkutsu Dachi  
Heisoku Dachi

### 2. PUNCHES & STRIKES

Chudan Tsuki  
Ago Tsuki  
Uraken Ganmen Uchi  
Uraken Shitahara Uchi  
Shuto Hizo Uchi

Jodan Tsuki  
Mawashi Uchi  
Yoko Uraken Uchi  
Hitosashiyubi Ipponken  
Shuto Sakotsu Uchikomi

Gedan Tsuki.  
Shuto Sakotsu Uchi  
Uraken Hizo Uchi  
Shuto Ganmen Uchi

### 3. KICKS

Kin Geri  
Mawashi Geri (Keage & Kekomi)  
Mawashi Kubi Geri

Hiza Geri

Mae Geri (Keage & Kekomi)  
Mae Kansetsu Geri

### 4. BLOCKS

Jodan Uke  
Gedan Barai

Uchi Uke  
Uchi Uke Gedan Barai

Soto Uke

### 5. KATA

Taikyoko Sono Ichi  
Pinan Sono Ichi

Taikyoko Sono Ni

Taikyoko Sono San

### 6. ENBUKAI

Pinan Sono Ichi Enbu Kumite

### 7. COMBINATIONS

Mae Geri Gyaku Zuki  
Mawashi Geri Gyaku Zuki  
Surikomi Mae Geri Gyaku Zuki  
Mae Geri Mawashi Geri Gyaku Tsuki  
Surikomi Mae Geri Mawashi Geri Gyaku Tsuki