



# Kamishin Ryu



## Brown Belt – 2<sup>nd</sup> Kyu

### 1 STANCES

Fudo Dachi  
Musubi Dachi  
Neko Ashi Dachi  
Tsuru Ashi Dachi  
Kosa Dachi

Sanchin Dachi  
Uchihachiji Dachi  
Kokutsu Dachi  
Heiko Dachi

Zenkutsu Dachi  
Heisoku Dachi  
Kiba Dachi  
Shiko Dachi

### 2 PUNCHES & STRIKES

Chudan Tsuki  
Ago Tsuki  
Uraken Ganmen Uchi  
Uraken Shitahara Uchi  
Shuto Hizo Uchi  
Ura Tsuki  
Nakayubi Ippon Ken  
Shotei Jodan Tsuki  
Jodan Hijiate  
Oroshi Hijiate  
Shuto Chudan Uchikomi

Jodan Tsuki  
Mawashi Uchi  
Yoko Uraken Uchi  
Hitosashiyubi Ipponken  
Shuto Sakotsu Uchikomi  
Ippon Nukite  
Nihon Ken  
Shotei Gedan Tsuki  
Ago Hijiate  
Keiko Uchi  
Oroshi Hijiate Gyaku Zuki

Gedan Tsuki  
Shuto Sakotsu Uchi  
Uraken Hizo Uchi  
Shuto Ganmen Uchi  
Tetsui Uchi  
Nihon Nukite  
Shotei Chudan Tsuki  
Chudan Hijiate  
Age Hijiate  
Hira Ken Gyaku Zuki

### 3 KICKS

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

Hiza Geri  
Yoko Geri  
Ushiro Mawashi Geri

Mae Geri (Keage & Kekomi)  
Mae Kansetsu Geri  
Mawashi Uchi Keage  
Ushiro Geri

### 4 BLOCKS

Jodan Uke  
Gedan Barai  
Morote Uke  
Shuto Soto Uke  
Shuto Uchi Uke  
Shotei Gedan Uke

Uchi Uke  
Uchi Uke Gedan Barai  
Shotei Jodan Uke  
Shuto Jodan Uke  
Shotei Jodan Uke

Soto Uke  
Mae Gedan Barai Gyaku Zuki  
Haito Uchi Uke  
Morote Uke  
Shotei Soto Uke



# Kamishin Ryu



## 5 KATA

Taikyoko Sono Ichi  
Pinan Sono Ichi  
Pinan Sono Yon

Taikyoko Sono Ni  
Pinan Sono Ni

Taikyoko Sono San  
Pinan Sono San

## 6 KUMITE & HOJO UNDO

Pinan Sono Ichi Enbu Kumite  
Pinan Sono San Enbu Kumite

Pinan Sono Ni Enbu Kumite  
30 push ups Seiken

## 7 COMBINATIONS

Mae Geri Gyaku Tsuki  
Surikomi Mae Geri Gyaku Tsuki  
Surikomi Mae Geri Mawashi Geri Gyaku Tsuki  
Yoko Geri Gyaku Tsuki  
Tskuriashi Kizami Tsuki Gyaku Tsuki  
Surikomi Mae Geri Ushiro Geri Gyaku Tsuki  
Jodan Tsuki Chudan Gyaku Tsuki Surikomi Mae Geri Mawashi Geri Chudan Gyaku Tsuki

Mawashi Geri Gyaku Tsuki  
Mae Geri Mawashi Geri Gyaku Tsuki  
Mae Geri Yoko Geri Gyaku Tsuki  
Mae Geri Ushiro Geri Gyaku Tsuki