



Kamishin Ryu



Brown Belt – 3rd Kyu

1 STANCES

Fudo Dachi
Musubi Dachi
Neko Ashi Dachi
Tsuru Ashi 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

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

Gedan Tsuki
Shuto Sakotsu Uchi
Uraken Hizo Uchi
Shuto Ganmen Uchi
Tetsui Uchi
Nihon Nukite
Shotei Chudan Tsuki
Chudan Hijiate
Age Hijiate

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

4 BLOCKS

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

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

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



Kamishin Ryu



5 KATA

Taikyoko Sono Ichi
Pinan Sono Ichi

Taikyoko Sono Ni
Pinan Sono Ni

Taikyoko Sono San
Pinan Sono San

6 KUMITE

Pinan Sono Ichi Enbu Kumite

Pinan Sono Ni Enbu Kumite

7 COMBINATIONS

Mae Geri Gyaku Zuki

Surikomi Mae Geri Gyaku Tsuki

Surikomi Mae Geri Mawashi Geri Gyaku Tsuki

Yoko Geri Gyaku Zuki

Tskuriashi Kizami Zuki Gyaku Zuki

Mawashi Geri Gyaku Tsuki

Mae Geri Mawashi Geri Gyaku Tsuki

Mae Geri Yoko Geri Gyaku Zuki