



# Daugavpils karate school

## 10 (II) KYU

### КИНОН – ТЕХНИКА:

**Hatiji dachi** – стойка, стопы на ширине плеч;

**Yoi dachi** – готовность к бою;

**Musubi dachi** – стойка (пятки вместе, носки врозь), для этикета;

**Rei** – поклон-приветствие;

**Seiza** – положение сидя на пятках для настроя (медитации) и этикета;

**Dza rei** – поклон сидя;

**Tate** – встать;

**Yoi dachi** – готовность к бою;

**Kamaete** – боевая постановка в стойку;

**Zenkutsu-dachi** – стойка, „лучника”;

**Oi zuki** – прямой удар кулаком в перемещении, в zenkutsu-dachi;

**Age-uke** – верхний блок;

**Gedan-barai uke** – нижний блок;

### ***Karate terminology:***

Karatedo, karateka, dojo, shotokan, shihan, sensei, sempai, kohai, hidari, migi.