

Küsimused iseseisvaks õppimiseks:

1. Nimeta kaheksa relva, mida kasutatakse Bujinkanis?
2. Mida nimetatakse loomulikuks liikumiseks?
3. Mida tähendab Shidoshi ja Sihan?
4. Milline on vanim Bujinkani koolkond?
5. Kes oli Kurando?

KAMAE

Fudoza No Kamae
Hanza No Kamae
Kosei No Kamae

ASEND

Liikumatu istes asend
Pool istuv asend
Vaatileja asend

UKEMI

Yoko Kaiten
Zenpo Ukemi Otoshi
Jun Nagare
Gyaku Nagare

VEEREMINE / KAITSETEHNIKA

Küljele kõrge rullumine
Ette kukkumine
Veeremine kõndimise pealt (vaade taha)
Vastaskäega rullumine

HI KEN JU ROPPO

Sokki Ken
Shuki Ken
Soku Yaku Ken
Soku Gyaku Ken

KUUSTEIST LÖÖGIPINDA

Ülestõusev jalg (põlvega, varvastega või kannaga)
Käsivars (küünarnuk)
Tõusev ja lükkav jalg
Varvastega löök

TAI SABAKI

Mae Tobi
Yoko Tobi Migi
Yoko Tobi Hidari
Ushiro Tobi
Naname Mae Tobi Migi
Naname Mae Tobi Hidari
Naname Ushiro Tobi Migi
Naname Ushiro Tobi Hidari

KEHA KÕRVALEPÕIKLEMINE

Ette hüpe
Kõrvale hüpe paremale
Kõrvale hüpe vasakule
Taha hüpe
Ette diagonaalis paremale
Ette diagonaalis vasakule
Taha diagonaalis paremale
Taha diagonaalis vasakule

KERI

Soku Ho Keri
Omote Keri

JALALÖÖK

Jalalöök küljele
Jalalöök suunatud välja

GOGYO

SANSHIN NO KATA

Chi No Kata Migi
Chi No Kata Hidari
Sui No Kata Migi
Sui No Kata Hidari
Ka No Kata Migi
Ka No Kata Hidari
Fu No Kata Migi
Fu No Kata Hidari
Ku No Kata Migi
Ku No Kata Hidari

VIIS PÕHI ELEMENTI

KOLM MEELELIST VORMI

Maa elemendi tehnikad paremalt
Maa elemendi tehnikad vasakult
Vee elemendi tehnikad paremalt
Vee elemendi tehnikad vasakult
Tule elemendi tehnikad paremalt
Tule elemendi tehnikad vasakult
Õhu elemendi tehnikad paremalt
Õhu elemendi tehnikad vasakult
Kõiksuse tehnikad paremalt
Kõiksuse tehnikad vasakult

KIHIN HAPPO**SANPO NO KATA**

Ichimonji No Kata Migi
Ichimonji No Kata Hidari
Jumonji No Kata Migi
Jumonji No Kata Hidari
Hicho No Kata Migi
Hicho No Kata Hidari

GOHO NO KATA

Omote Gyaku Migi
Omote Gyaku Hidari
Omote Henka Migi
Omote Henka Hidari
Ura Gyaku Migi
Ura Gyaku Hidari
Musho Dori Migi
Musho Dori Hidari
Musha Dori Migi
Musha Dori Hidari

GYAKU WAZA

Omote Oni Kudaki Migi
Omote Oni Kudaki Hidari
Ura Oni Kudaki Migi
Ura Oni Kudaki Hidari
Gyaku Musha Dori Migi
Gyaku Musha Dori Hidari

NAGE WAZA

Ganseki Nage Migi
Ganseki Nage Hidari
Uchimata Uchi Gake Migi
Uchimata Uchi Gake Hidari

RYU SUI IKI

Tachi Nagare
Yoko Nagare

TORITE WAZA

Ura Gatame Ippon
Ura Gatame Nihon
Ura Gatame Sanbon
Ura Gatame Yonhon
Ura Gatame Gohon

KAHEKSA PÕHILIST SUUNDA**KOLM LÖÖGI VASTU TEHNIKAT**

Kaitse tehnika "Ichimonji" asendist parem
Kaitse tehnika "Ichimonji" asendist vasak
Kaitse tehnika "Jumonji" asendist parem
Kaitse tehnika "Jumonji" asendist vasak
Kaitse tehnika "Hicho" asendist parem
Kaitse tehnika "Hicho" asendist vasak

VIIS HAARDE VASTU TEHNIKAT

Käe vääne välja parem
Käe vääne välja vasak
Variatsioon käe väände välja parem
Variatsioon käe väände välja vasak
Käe vääne sisse parem
Käe vääne sisse vasak
Haare küünarvarrest parem
Haare küünarvarrest vasak
Sõdalase haare parem
Sõdalase haare vasak

VASTUTEHNIKA

Välja murda teemon parem
Välja murda teemon vasak
Sisse murda teemon parem
Välja murda teemon parem
Vastupidine sõdalase haare parem
Vastupidine sõdalase haare vasak

HEITE TEHNIKA

Pöörama suurt kivi parem (käsi kaelale ja keha pööre)
Pöörama suurt kivi vasak (käsi kaelale ja keha pööre)
Heide üle jala parem
Heide üle jala vasak

VOOLAVA VEENA LIKUMA

Püsti ja taha maha voolamine
Püsti ja küljele maha voolamine

HAARDE TEHNIKA

Ura esimene vorm (käsi ülal)
Ura teine vorm (jalg Kaelal)
Ura kolmas vorm (käsi maas)
Ura neljas vorm (käsi 90 kraadi)
Ura viies vorm (käe pööre)

KYUSHO

Gankotsu

Jinchu

Kage

Nagare

Ryumon

Sai

GOI

Hajime

Yame

NÄRVIPUNKTID

Lõug (ala huule all)

Nina all ülahuule peal

Rinnak

Käe pealmises osas küünarnuki lähedal

Draakoni värav (rinnalihase kohal)

Reie välis külg

SÕNAVARA

Alustada

Stop