



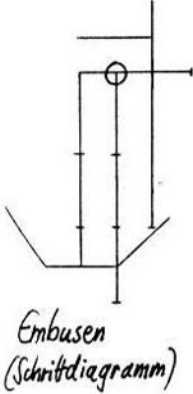
rechte Hand oben!

# Kanku-Dai

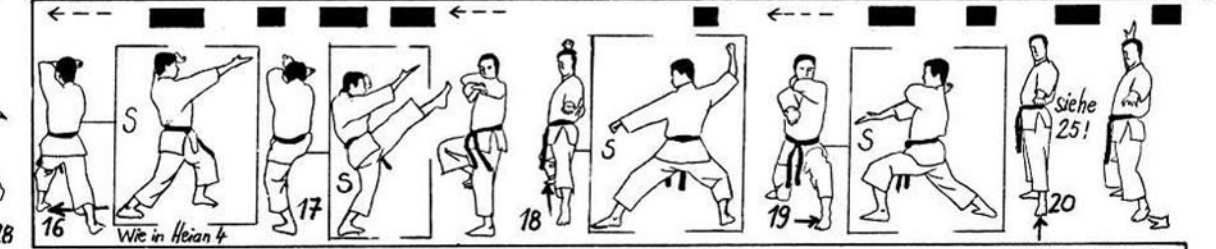
© by Albrecht Flüger

Ursprünglich KUSHANKU. KANKU bedeutet „Himmelsdau“ (siehe 1!). Aus ihr wurden auf Okinawa von Heister JDSU die 5 Heian (Pinan) Katas für den Unterricht an den Mittelschulen entwickelt.

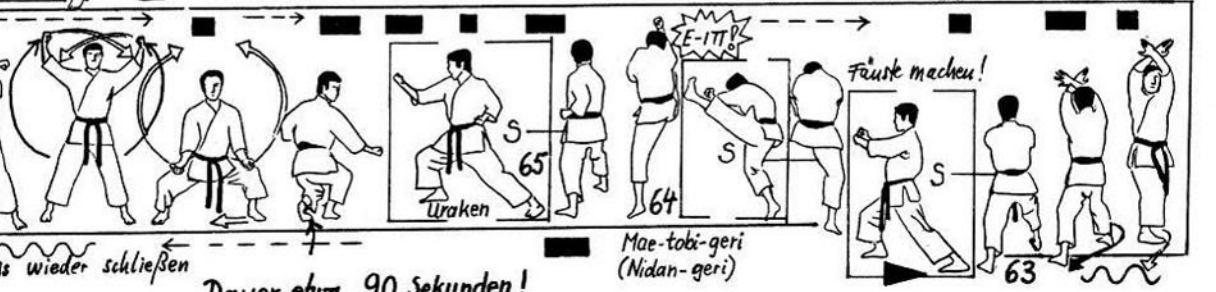
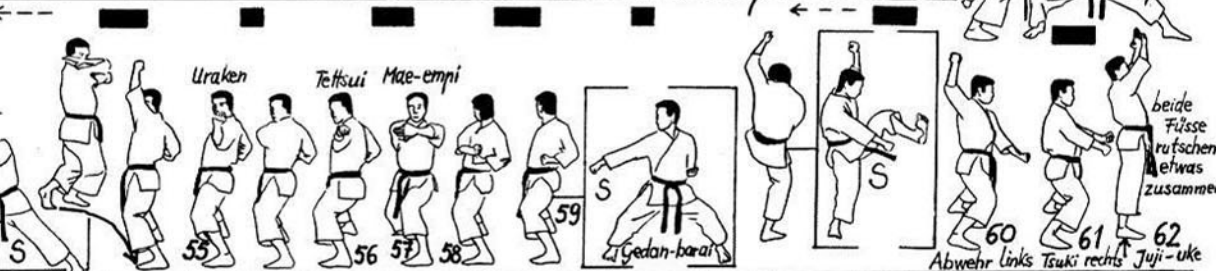
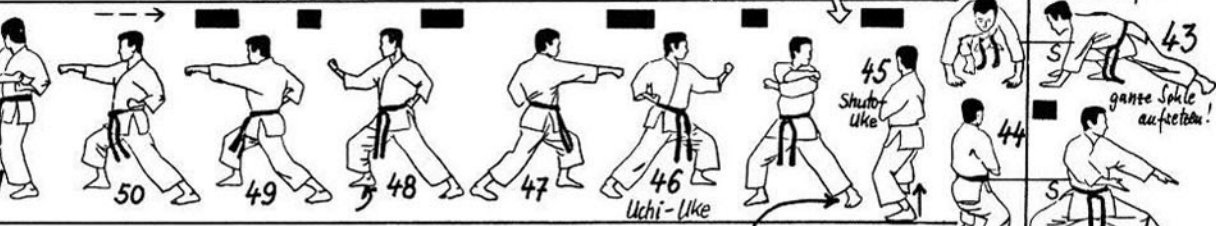
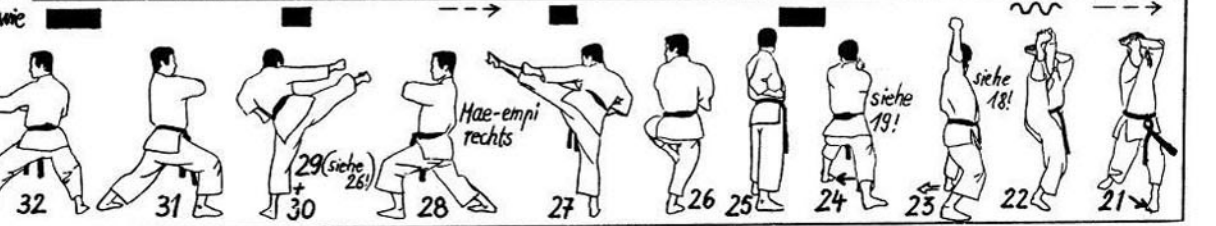
Daumen einwärts! rechte Handkante in linke Handfläche!



Embusen (Schriftdiagramm)



16/17, 21/22, 26/27/28 und 36/37/38 gleich wie in Heian 4



Yame! Kreis wieder schließen

Dauer etwa 90 Sekunden!

Mae-tobi-geri (Nidan-geri)