

INHALT

Vorwort	8
Einführung	9
Grundlagen des Stockkampfes	11
Basistechniken	12
Techniken gegen Faustangriffe	29
Tsuke iri	30
Koshi ori	32
Ganseki otoshi	34
– Variation 1 (Ganseki otoshi makikomi)	36
– Variation 2 (Ganseki otoshi garami)	38
Oni kudaki	40
– Variation 1	42
– Variation 2	43
– Variation 3	44
Gyaku ude garami	46
Kyokotsu kudaki	48
Ryo-ashi dori	50
Kjocho dori	52
Eda koppo	54
Kata-te nage omote	56
Kata-te nage ura	58
Techniken gegen Fußangriffe	61
Ashi kujiki	63
– Variation 1	64
Ashi dori	66
Ashi garami	67
Ashi dori	68
Ashi gatame	69
Techniken gegen Handgelenkgriffe	71
Ude garami	72
– Variation 1 (Ude garami omote)	74
Kasumi uchi	75
Kyojitsu	77
Ude gaeshi	80
Take ori	82

Ryo-te dori	84
Hon gyaku jime	84
Kata-te jime	88
Ude Jukiki	90
Shibari koshi ori	91
Katame kujiki	92
Tsure dori	94
Ude gatame gyaku zeoi	96
Ryufu	98
Kote gaeshi	100
Techniken gegen Ärmel-Reversgriffe	103
Hiki otoshi	104
Tsuki otoshi	107
Yoko kujiki	108
Hiki taoshi	109
Uko arashi	112
Nage kaeshi	113
Do gaeshi	115
Gyaku zeoi	118
Uchi taoshi	120
Ryo-te garami dori	122
Kataginu	124
Ganseki dome	126
Techniken gegen Angriffe von hinten	129
Ushiro dori tsuke iri	130
Benkei dori	132
Taiboku taoshi	136
Taware taoshi	138
Techniken gegen Festhalten des Stockes	141
Bo gaeshi	142
Koku	143
Awase nage	144
Tamoe gaeshi, ashi dori osae	147
Festlegetechniken — Jo-wan ori — Hiji ori — Zen-wan ori	150
Sokkotsu ori — Ryo-te ori	151
Shinto	152
O-gyaku	154