

SYSTEMATIKA TECHNIK KARATE

- ▶ Dachiwaza (technika postojů / techniques of stances)
- ▶ Joshiwaza (ůtočn technika paží / attacking techniques of arms)
 - Cukiwaza (technika ůderů /punching techniques)
 - Uchiwaza (technika seků /)
- ▶ Ukewaza (technika krytů / blocking techniques)
- ▶ Kashi waza (technika nohou / legs techniques)
 - Geriwaza (ůtočn technika nohou / attacking techniques of legs)
 - Haraiwaza (technika podmetů / sweep techniques)
- ▶ Kawashiwaza (technika ůhybů)
- ▶ Nagewaza (technika hodů a porazů)
- ▶ Ukemiwaza (technika pádů / falling techniques)