



Seiyunchin Anwendung

1. **A: Beide Handgelenke von hinten fassen**
V: Beinahe ausbrechen – unter dem Arm durch, Ellbogen rollen und Armhebel

2. **A: Beide Handgelenke von vorne fassen**
V: Handrücken und Zeigefinger von unten fassen – Handhebel, mit einer Hand ausbrechen und Empi

3. **A: Bruststoss mit einer Hand**
V: Abwehrhaltung einnehmen
A: Arm packen, nach unten ziehen, Beinwechsel und auch mit zweiter Hand zupacken
V: Verstärkter zweihändiger Chudan Uke – Schlag in Geschlechtsteile / Leiste
A: Hand packen
V: Schritt zurück mit Gedan Barrai (Wurf)

4. **A: Beidhändiges Würgen von hinten**
V: Eine Hand fixieren – bücken und drehen – Armhebel an Hand und Rücken (Wurf)

5. **A: Umarmen von vorne**
V: Schlag in Geschlechtsteile / Leiste
A: Hand packen und Rundschlag
V: Abwehren von aussen durch Anheben der gefassten Hand (evt. Abwehren mit der freien Hand durch Age Uke) – Kopf nach unten drücken, Schritt nach vorne (evt. mit Knie Kick), Arm auf Rücken fixieren und Empi

6. **A: Mit einem Arm von hinten würgen und ein Handgelenk packen**
V: Anheben des gefassten Handgelenks – Partners Hand an Aussenkante packen – unter Arm durch und drehen - Ura Zuki und Uraken aufs Kinn, Gedan-Barrai auf Ellbogen
A: Drehen und Empi
V: Abwehren oder ganz nah zum Partner, Gedan-Barrai unter dem Arm übers Gesicht und Wurf mit Schritt zurück

7. **A: Umarmen von hinten**
V: Schlag in die Geschlechtsteile / Leiste
A: Hand fassen
V: Drehen und Arm heben – Hebel über Schulter und Empi

8. **A: Gi vorne am Kragen fassen und Rundschlag**
V: Schlag auf Ellbogenbeuge, Abwehren mit anderem Arm und Uraken, grosse Kreisbewegung mit gleichem Arm und Wurf