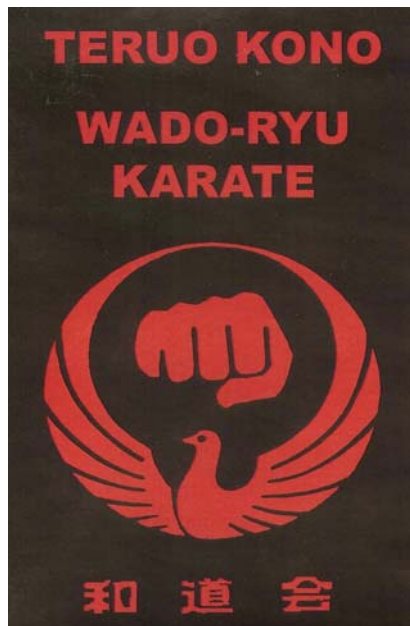


Teruo Kono: Wado-Ryu-Karate



Inhalt

Das Buch enthält

- Übungsformen mit und ohne Partner,
- Ohyo Kumite
- Kiho-Kumite
- Tanto-Tori
- Idori
- Selbstverteidigung
- Formübungen Kata Pinan Nidan bis Betshurin