

# Hojo Undō - 補助運動

## Shōmen geri

正面蹴り - Blocage circulaire *Coup de Pied de face*

## Sokutō geri

足刀蹴り - Blocage Circulaire *Coup de pied à 45 degrés avec le tranchant du Pied*

## Seiken zuki

正拳空き - Blocage Circulaire *Coup de Poing de Face,*

## Mawashi zuki

廻し空き - Blocage Circulaire *Coup de Poing Circulaire*

## Shutō uchi Uraken uchi Shōken zuki

手刀打右裏拳打右小拳空き - Blocage Circulaire *Coup avec tranchant de la main , coup de poing avec le dos de la main, coup de poing Shoken*

## Shōmen Hajiki

正面弾き - *Frappe du bout des doigts au niveau des yeux*

## Tenshin zensoku geri

転身前足蹴り - *Pivot sur la jambe avant puis coup de pied jambe avant*

## Tenshin kosoku geri

転身前後蹴り - *Pivot sur la jambe avant puis coup de pied jambe arrière*

## Tenshin shōken zuki

転身小拳空き - *Pivot sur la jambe avant puis coup de poing Shoken*

## Koi no shippo uchi, yoko uchi

鯉の尻尾打ち横打ち - *Frappe horizontale 'en 'queue de carpe'*