

# Mori dojo

---

## Ken – jo kihon

<b>Jo</b>	<b>Tsuki-no-bu</b>	Choku - tsuki	Kaeshi - tsuki	Ushiro - tsuki	Tsuki-gedangeashi	Tsuki-jodangeashi
	<b>Men-no-bu</b>	Shomen-uchikomi	Renzoku-uchikomi	Menuchi- ushiro-tsuki	Menuchi – gedangaeshi	Hidari-yokomen – ushiro-tsuki
	<b>Katate-no-bu</b>	Katate-gedangaeshi	Katate-toma-uchi	Katate-hachi-noji gaeshi		
	<b>Hasso-no-bu</b>	Hassogaeshi-uchi	Hassogaeshi-tsuki	Hassogaeshi - ushiro-tsuki	Hassogaeshi – ushiro-uchi	Hassogaeshi – ushiro-barai
	<b>Nagare-no-bu</b>	Hidari - Nagaregaeshi-uchi	Migi-nagaregaeshi -tsuki			

<b>Ken</b>	<b>Suburi-no-bu (tatte, suwatte)</b>	Shikko-dachi	Hanmi (migi, hidari)	Zengo (migi, hidari)	Shiho (migi, hidari)	Happo (migi, hidari)
	<b>Kirikaeshi-no-bu (tatte, suwatte)</b>	Shikko-dachi	Hanmi (migi, hidari)	Zengo (migi, hidari)	Shiho (migi, hidari)	Happo (migi, hidari)
	<b>Ashi-no-fumikae (kihon, tsuki)</b>	Mae-suburi, Kirikashi (migi, hidari)	Ushiro-suburi, Kirikaeshi (migi, hidari)			
	<b>Tsuki-no-bu (kihon, ashi-no-fumikae)</b>	Hanmi (migi, hidari)	Zengo (migi, hidari)	Shiho (migi, hidari)	Happo (migi, hidari)	