

Shin Kumijo #1 Iponme basic version		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Start position: vänster fot fram, hidari hanmi vänster ställning, jo redo vid främre foten. Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Startposition: vänster fot fram - hidari hanmi vänster ställning jo ready i händerna. Uke startar med att köra en <b>chudan choku tski</b> mot bröstet på Tori
#2	Tori greppar jo ovanifrån som i en <b>kaeshi tsuki</b> rörelse, tar steg åt vänster från attacklinjen och blockerar med en rundrörelse samtidigt som han attackerar mot ukes centrum med en <b>kaeshi tsuki</b>	
#3		Uke sveper bort toris attack och attackerar med en till <b>chudan choku tski</b> mot bröstet på Tori
#4	Tori tar steg åt höger över centrum linjen och blockerar uppåt med jon med en <b>jodan age uke</b> . Tori tar steg framåt med höger ben och attackerar uke med en <b>shomen uchi</b>	Uke tar ett steg bakåt med vänster ben och blockerar uppåt block med bakre delen av jon. Därefter attackerar uke tori med en stöt framåt med den bakre delen av jon
#5	Tori tar steg vänster-framåt med vänster ben, har kontroll på ukes jo samtidigt om han smiter under och attackerar uke med en <b>renzaku uchikomi</b> . Toris slutposition: Hidari hanmi vänster ställning	Ukes slutposition: Migi hanmi höger ställning



Startposition Shinkumijo #1



Slutposition Shinkumijo #1

10-20 sek shin kumi jo #1 nya kumi jo (nya fajten med jo)

Shin Kumijo #2 Nihonme basic version		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Start position: <b>hidari hanmi</b> vänster ställning, jo redo vid främre foten. Tori står i vänster ställning som enligt bilden. Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Startposition: <b>hidari hanmi</b> vänster ställning jo ready i händerna. Uke startar med att köra en <b>chudan choku tski</b> högt upp mot bröstet på Tori
#2	Tori greppar jon med båda händerna och lyfter den som en mikrofon och petar undan lite attacken. Samtidigt som han tar steg åt vänster från attacklinjen	
#3	Tori tar steg framåt attackerar med en <b>chudan tsuki</b> mot ukes bröst	Uke blockerar attacken med att gå till höger och blockera med jo <b>jodan age uke</b> block uppåt. Uke fortsätter med att köra <b>shomen uchi</b> mot Toris knä
#4	Tori vänder sig mot attacken och blockerar slaget med sin jo	Uke tar ett steg framåt och avslutar med en <b>chudan tsuki</b> i höger hanmi
#5	Tori tar steg åt vänster kommer bredvid ukes attack och själv attackerar uke med en <b>chudan choku tski</b> Tori slutposition är vänster för fram och choku tski	Ukes slutposition är höger fot fram



Startposition Shinkumijo #2  
28-50 sek shin kumijo #2 nya kumi jo (fajten med jo)



Slutposition Shinkumijo #2

<b>Shin Kumijo #3 sanbomne basic version</b>		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Toris start position: hidari hanmi vänster ställning, jo redo vid främre foten. Tori står i vänster ställning som enligt bilden. Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Startposition: hidari hanmi vänster ställning jo ready i händerna. Uke startar med att köra en <b>gedan choku tski</b> mot knäet på Tori
#2	Tori går åt vänster tar jo och blockerar attacken med sopkvastgreppet	Uke fortsätter med att köra en <b>chudan choku tski</b> mot sidan på Tori
#3	Tori går åt höger över attacklinjen och blockerar med roterande blok	Uke attackerar med en <b>chudan tsuki</b> mot toris mage
#4	Tori går förbi ukes attack och attackerar uke med en <b>chudan choku tsuki</b> . Toris slutposition är vänster for fram och choku tski.	Ukes slutposition är vänster fot fram

50-65 sek shin kumijo #3 nya fajten med jo



Startposition Shinkumijo #3



Slutposition Shinkumijo #3

<b>Shin Kumijo #4 Yonhonme basic version</b>		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Start position: hidari hanmi vänster ställning, jo redo vid främre foten. Tori står i vänster ställning som enligt bilden. Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Startposition: hidari hanmi vänster ställning jo ready i händerna. Uke startar med att köra en <b>chudan choku tski</b> mot bröstet på Tori
#2	Tori går snett bakåt åt höger i <b>katate toma uchi</b> uppåt och attackerar uke med <b>katate toma uchi</b>	Uke skyddar sig genom att själv vara i liknande <b>katate toma uchi</b> position med att lyfta baksidan av jon över huvudet och samtidigt laddar för en ny <b>choku tsuki</b> attack. Lite som jodan age uke block med jon.
#3	Tori fullföljer <b>katate toma uchi</b> , fångar jon med vänstra andra handen och går över till vänster på sidan av centrum linjen och med glidande steg attackerar Uke med omvänd <b>chudan tsuki</b> mot bröstet. Tori avslutar alltså i höger ställning migi hanmi.	Uke fortsätter med att upprepa en <b>chudan choku tski</b> mot Tori men missar.  Ukes slutposition är vänster fot fram.



Startposition Shinkumijo #4  
50-65 sek shinkumijo #3 nya fajten med jo



Slutposition Shinkumijo #4

Shin Kumijo #5 Gohonme basic version		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Toris start position: hidari hanmi vänster ställning, jo redo vid främre foten. Tori står i vänster ställning som enligt bilden. Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Ukes startposition: hidari hanmi vänster ställning jo ready i händerna. Uke startar med att köra en <b>chudan choku tski</b> mot bröstet på Tori
#2	Tori lyfter jon som en mikrofon och petar undan lite attacken. Samtidigt som han tar steg åt vänster från attacklinjen	Uke fortsätter med att köra en chudan choku tski mot magen på Tori
#3	Tori tar steg framåt attackerar med en <b>chudan choku tsuki</b> mot ukes bröst	När Tori attackerar tar uke ett steg tillbaka och gör en katate gedan gaeshi förberedelse samt försöker slå mot Toris huvuds vänstra sida men misslyckas och han fångar upp jon med den vänstra handen.
#4	Tori tar steg bakåt och sätter sig på ena knäet med jon bredvid som skydd.	Uke fortsätter steg framåt och med baksidan av jo försöker slå den sittande tori ovanifrån
#5	Tori går vänster steg upp och framåt med job inriktat mot Ukes mage. Toris slutposition är vänster fot fram	Ukes slutposition är vänster fot fram



Startposition Shinkumijo #5  
1:25 sek shin kumijo #5 nya fajten med jo



Slutposition Shinkumijo #5



Shin Kumijo #6 Roponme basic version		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Start position: hidari hanmi vänster ställning, jo redo vid främre foten. Tori står i vänster ställning som enligt bilden. Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Startposition: hidari hanmi vänster ställning jo ready i händerna. Uke startar med att köra en <b>chudan choku tski</b> mot bröstet på Tori
#2	Tori lyfter jon som en mikrofon och petar undan lite attacken. Samtidigt som han tar steg åt vänster från attacklinjen	Den första misslyckade attacken följs upp med en steg framåt och <b>shomen uchi</b> attack i höger fot frame ställning (migi hanmi)
#3	Tori går irimi in och håller jo med båda händer för att blocka och låsa ukes attack. Han vänder jon och får baksidan av den in mellan ukes händer, fångar upp ukes jo och händer, vänder uke bakåt och leder han neråt i en kast	Uke vänder sig bakåt och kastar sig i en framåt fall med jon
#4	När uke ligger så tar Tori en steg med höger fot fram och slår uke med en <b>shomen uchi</b> . Toris slutposition är höger fot frame	Uke håller jo uppe liggandes för att undgå en attack från tori

1:48 sek shin kumijo #6 nya fajten med jo



Startposition Shin kumijo #6



Slutposition Shin kumijo #6

Shin Kumijo #7 Nana honme basic version		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Start position: vänster ställning(hidari hanmi), jo redo vid främre foten. Tori står i vänster ställning som enligt bilden. Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Startposition: hidari hanmi vänster ställning jo ready i händerna. Uke startar med att attackera tori med en <b>shomenuchi</b> mot knäet
#2	Tori går bakåt med sitt vänster ben tar jo med båda händerna och skyddar sig med sopkvastgreppet.	Uke fortsätter med att köra en <b>chudan choku tski</b> mot bröstet på Tori
#3	Genom att lyfta jo uppåt blockerar han men <b>tski</b> attacken.	Uke tar till menuchi attack men blir uppfångad av Tori, vänd om och skickad bakåt neråt
#4	den kommande uchi attacken låser han med jon. Stega in framåt och lyfter jo mot båda armbågar. Trampar uke p åfoten innan han knuffar bort han.	
#5	Tori attackerar med ett steg framåt och avslutar med en <b>chudan choku tsuki</b> mot en uke som ligger. Toris slutposition är Vänster fot fram och tsuki attack	Uke håller jo uppe liggandes för att undgå en attack från tori



Startposition Shinkumijo #7  
2:15 sek shinkumijo #7 nya fajten med jo



Slutposition Shinkumijo #7

Shin Kumijo #8 Haponme basic version		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Start position: hidari hanmi vänster ställning, jo redo vid främre foten. Tori står i vänster ställning Hiddari hanmi som enligt bilden.	Uke startar i höger ställning migi hanmi, höger ställning med att köra en <b>shomen uchi</b> mot toris huvud
#2	När uke attackerar går tori rakt in på attacklinjen som om han skulle göra en tski mot ukes bröst.	Ukes attack slutar med jo i maghöjd
#3	Sedan gör Tori ett steg åt höger över centrum linjen, fångar in uke's händer inklusive jon med sin jo-spets	
#4	Tori vänder om uke bakåt och kastar han ner honom bakåt där han kom ifrån	Uke vänder sig åt vänster bakåt och kastar sig framåtfall i en mae ukemi
#5	Tori attackerar och avslutar med en <b>chudan choku tsuki</b> mot en uke som ligger i vänster hanmi. Toris slutposition är Vänster fot frame och tsuki attack	Slutposition för uke är att han är på rygg. Uke håller jo uppe liggandes för att undgå en attack från tori



Startposition Shinkumijo #8

Slutposition Shinkumijo #8

2:38 sek shinkumijo #8 nya fajten med jo



Shin Kumijo #9 Kuy honme basic version		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Start position: hidari hanmi vänster ställning, jo redo vid främre foten. Tori står i vänster ställning som enligt bilden. Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Startposition: hidari hanmi vänster ställning jo redo i händerna. Uke står i vänster ställning, hiddari hanmi i jo ready position. Uke Attackerar med <b>chudan choku tsuki</b> mot toris bröst
#2	Tori blockerar med en mikrofon rörelse. Tori lyfter jon som en mikrofon och petar undan lite attacken. Samtidigt som han tar steg åt vänster från attacklinjen	När chudan tsuki misslyckas så attackerar uke framåt med en <b>shomen uchi</b> . Uke fortsätter sin attack trots att tori gått åt sidan och kastar sig framåtfall i en mae ukemi.
#3	Tori går in med <b>irimi tenkan</b> mot uke med jo's baksida och fångar upp ukes händer och jon med baksidan av sin jo och skickar honom vidare i den riktning som han är på väg till - framåt neråt.	Tori som gått åt sidan skickar uke framåt så uke faller i en mae ukemi rörelse.
#4	När uke ligger så markerar tori med en <b>shomen uchi</b> rörelse. Toris slutposition är höger fot framme och <b>shomen uchi</b> attack	Slutposition för uke är att han är på rygg. Uke håller jo uppe liggandes för att undgå en attack från tori



Startposition Shinkumijo #9  
2:55 sek shin kumi jo #9 nya fajten med jo



Slutposition Shinkumijo #9

<b>Shin Kumijo #10 Ju honme basic version</b>		
Step	Försvararen / Tori sensei	Attackeraren / uke elev
#1	Tori står för ovanlighetens skull i höger fotställning som enligt bilden ( <b>migi hanmi</b> ). Tori öppnar upp sig lite grann så Uke triggas igång	Startposition: vänster fotställning (hidari hanmi) med jo ready i händerna som enligt bilden
#2		Uke attackerar med en <b>chudan tsuki</b>
#3	Tori försvarar sig med en <b>hasso gaeshi</b> block och fotställning byte på plats samtidigt. Från höger ställning till vänster ställning.	Attacken misslyckas och uke fortsätter med en steg framåt och en <b>shomen uchi</b> . (höger fot frame)
#4	Tori försvarar sig med en <b>hasso gaeshi</b> block och byter fotställning samtidigt. Från vänster ställning till höger fotställning.	<b>Shomen uchi</b> misslyckas så han fortsätter till en steg framåt igen och en <b>renzaku uchi</b> . (Vänster fot frame)
#5	Tori gör en irimi, tar steg framåt och fångar in uke med sin jo vänder på uke och kastar ner han. Uke faller framåt i en <b>mae ukemi</b> rörelse.	När även <b>renzaku uchi</b> misslyckas kastar sig uke i ett framåtfall <b>mae ukemi</b> .
	Tori av slutar med en förberedande <b>hasso gaeshi</b> och <b>shomen uchi</b> mot den liggande uke. Toris slutposition är höger fot frame och <b>shomen uchi</b> attack	Slutposition för uke är att han är på rygg. Uke håller jo uppe liggandes för att undgå en attack från tori



Startposition Shinkumijo #10  
3:24 sek shin kumi jo #10 nya fajten med jo



Slutposition Shinkumijo #10

## Avslutningar i shin kumi jo

- #1 renzaky uchi över huvudet
- #2 tski i sidan
- #3 tski i bröstet
- #4 omvänd tski i bröstet
- #5 tski i bröstet
- #6 shomenuchi mot huvudet på liggande uke
- #7 tski mot huvudet på liggande uke
- #8 tski mot huvudet på liggande uke
- #9 shomenuchi mot huvudet på liggande uke
- #10 haso gaeshi shomenuchi mot huvudet på liggande uke