

Jo Awase, - kort beskrivelse av form til hjelp for hukommelsen

Uke: den som forsvarer.

Uchi: den som angriper.

Jo Awase #1	
Uke	Uchi
Start i Hidari Tsuki no Kamae.	Start i Hidari Tsuki no Kamae.
Angi åpning ved å flytte jo-enden (som peker mot Uchi) litt til venstre.	Angrip med Tsugi Ashi Tsuki på linjen.
Ushiro Tsugi Ashi litt ut av linjen til høyre og fang Uchi's jo med høy blokk. Skift hanmi og grep, og avslutt med Jodan Gaeshi mot Uchi's hode.	

Jo Awase #2	
Uke	Uchi
Start i Hidari Tsuki no Kamae.	Start i Hidari Tsuki no Kamae.
Angi åpning ved å flytte jo-enden (som peker mot Uchi) litt til venstre.	Angrip med Tsugi Ashi Tsuki på linjen.
Ushiro Tsugi Ashi litt ut av linjen til høyre og fang Uchi's jo med høy blokk. Slå Uchi's jo mot venstre og ned, og avslutt med Tsugi Ashi Tsuki mot Uchi's side/armhule.	

Jo Awase #3	
Uke	Uchi
Start i Hidari Tsuki no Kamae.	Start i Hidari Tsuki no Kamae.
Angi åpning ved å flytte jo-enden (som peker mot Uchi) litt til venstre.	Angrip med Tsugi Ashi Tsuki på linjen.
Skift Hanmi litt ut av linjen til høyre og avslutt med Gedan Gaeshi mot Uchi's venstre kne.	

Jo Awase #4	
Uke	Uchi
Start i Migi Ken no Kamae.	Start i Hidari Tsuki no Kamae.
Angi åpning ved å løfte jo mot Jodan no Kamae.	Angrip med Tsugi Ashi Tsuki på linjen.
Gå litt ut av linje til høyre og utfør Men Uchi mot Uchi's hode.	Trekk tilbake for å unngå Men Uchi og forbered nytt angrep.
Åpne på nytt ved å trekke jo tilbake i Gedan på venstre side.	Angrip med Tsugi Ashi Tsuki på den nye linjen.
Skift Hanmi litt ut av linjen til venstre og avslutt med Gedan Gaeshi mot Uchi's venstre kne.	

AIKIKAN NORGE



Jo Awase #5	
Uke	Uchi
Start i Hidari Tsuki no Kamae .	Start i Hidari Tsuki no Kamae .
Snu grep med venstre hånd (som om Kaeshi Tsuki var utført) og angi åpning ved å flytte jo-enden (som peker mot Uchi) litt til venstre.	Angrip med Tsugi Ashi Tsuki på linjen.
Gå litt ut av linjen til høyre, slå Uchi's jo mot venstre og ned med rulle-blokk og avslutt med Tsuki mot Uchi's side/armhule.	

Jo Awase #6	
Uke	Uchi
Start i Migi Ken no Kamae .	Start i Migi Ken no Kamae .
Kort skritt bak med høyre fot, åpne ved å felle jo ned og bak til høyre (Waki no Kamae)	Angrip med lang Okuri Ashi Men Uchi på linjen (høyre fot frem i slag-øyeblikket).
Jo går mot Uchi's hals/ansikt (slag nedenfra, blokk posisjon) samtidig med kort skritt frem med høyre fot. Avslutt med Hidari Hanmi Gyaku Yokomen mot Uchi's hode, litt ut av linjen til venstre.	

Jo Awase #7	
Uke	Uchi
Start i Hidari Tsuki no Kamae .	Start i Hidari Tsuki no Kamae .
Angi åpning ved å flytte jo-enden (som peker mot Uchi) litt til venstre.	Angrip med Tsugi Ashi Tsuki på linjen.
Skift grep samtidig med skifte til Migi Hanmi litt ut av linjen til høyre. La jo-enden følge en sirkulær bevegelse med klokken og slå bort Uchi's jo med høy blokk. Avslutt med Tsugi Ashi Tsuki mot Uchi's side/armhule.	

Jo Awase #8	
Uke	Uchi
Start i Hidari Tsuki no Kamae .	Start i Hidari Tsuki no Kamae . Angrip med Maki Otoshi Tsuki (skli inn, vipp og stikk).
Unngå Maki Otoshi Tsuki ved å droppe jo samtidig med Ushiro Tsugi Ashi litt ut av linjen til høyre. Avslutt med Tsugi Ashi Tsuki mot Uchi's side/armhule.	

Med "linjen" menes her den linjen som, i øyeblikket før et angrep starter, eksisterer mellom **Uke** og **Uchi**.

Sist oppdatert av Odd Ringstad, 14. juni 2007