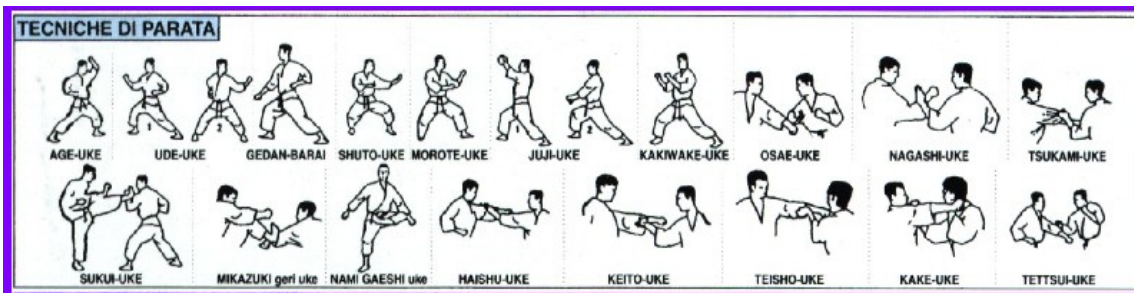


Le parate dello Stile di Karate Shotokan Ryu



- Ude uke - parata con l'avambraccio
- Chudan ude uke - parata media con l'avambraccio
- Jodan ude uke - parata alta con l'avambraccio
- Soto ude uke - parata media dall'esterno all'interno
- Uchi ude uke - parata media dall'interno all'esterno
- Gedan barai - parata bassa (barai = spazzare)
- Shuto uke - parata con il taglio della mano aperta
- Morote uke - parata rinforzata
- Juji uke - parata con le mani incrociate
- Otoshi uke - parata dall'alto verso il basso
- Tate shuto uke - parata con la mano verticale
- Kake shuto uke - parata agganciante con la mano aperta
- Teisho uke - parata con la base del palmo della mano aperta
- Haishu uke - parata con il dorso della mano aperta
- Tekubi kake uke - parata con il polso della mano aperta a gancio
- Seryuto uke - parata con la base della mano aperta
- Keito uke - parata con la mano aperta a testa di gallina (falange del pollice)
- Tetsui uke parata con la mano chiusa a martello
- Osaе uke - parata pressante
- Nagashi uke - parata deviante
- Te nagashi uke - parata deviante con la mano
- Sukui uke - parata con l'avambraccio che aggancia la gamba dell'avversario (vedi Kata Bassai - dai)
- Kakiwake uke - parata a cuneo rovesciato con entrambe le braccia
- Zuki uke - parare colpendo di pugno



- Nami hashi - parata di gamba (uke) o attacco di gamba (vedi Kata Tekki Shodan)
- Kakuto uke - parata con il polso a testa di gru
- Maeude hineri uke - parata deviante con l'avambraccio frontale
- Maeude deai osae uke - parata pressante con l'avambraccio
- Sokumen awase uke - parata rinforzata laterale
- Morote tsukami uke - parata con presa di entrambi le mani
- Morote sukui uke - parata rinforzata con l'avambraccio agganciante
- Teisho awase uke - parata con la base del palmo di entrambi le mani unite
- Sokutei mawashi uke - parata circolare con la pianta del piede
- Sokutei osae uke - parata presante con la pianta del piede
- Sokuto osae uke - parata pressante con il taglio del piede
- Ashibo kake uke - parata con la tibia
- Ashikubi kake uke - parata agganciante con il collo del piede

