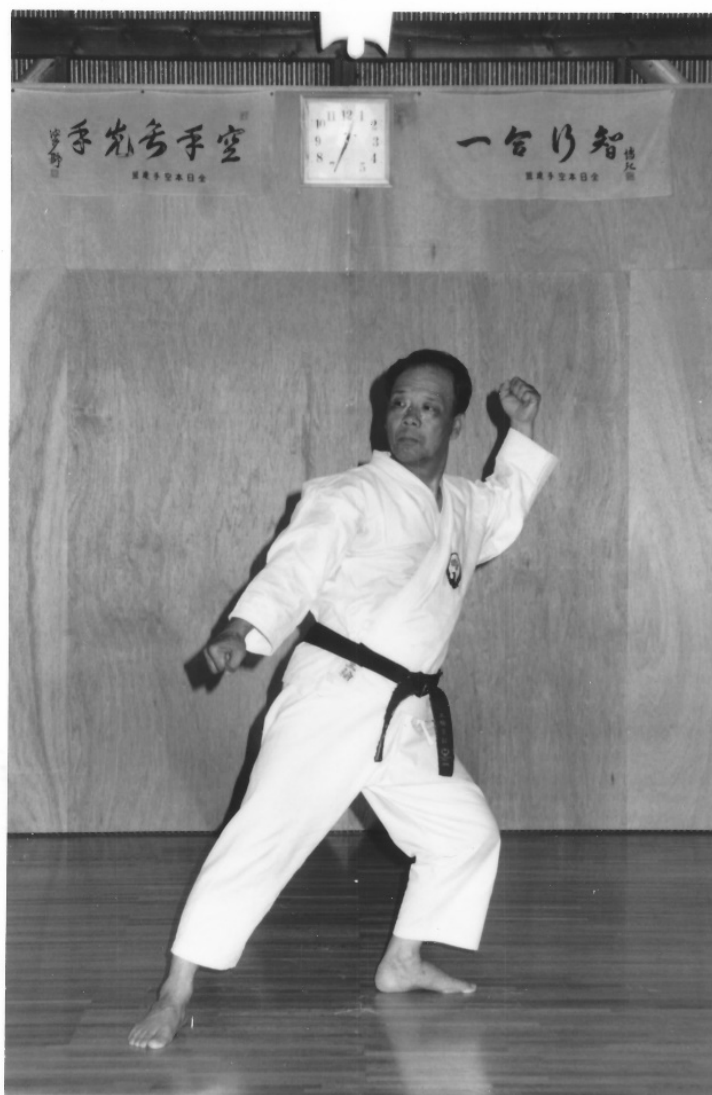


# Handleiding voor Lesgever Karate WADO-RYU

## KATA - Pin-an Godan

Foto van Minekazu MIWA Sensei



**Yoshikazu KAMIGAITO**

か た  
形

空手道

和道会公認技術指導者

上垣内克一

上垣内

Dit is een extract uit de TWEEDE UITGAVE van de 5 Kata's Pin-An

Deze tweede uitgave werd gedrukt op 150 exemplaren, de 1 à 200.

De rechten van vertaling, reproductie en overname zijn voorbehouden voor alle landen, USSR inbegrepen.

De tekst en illustraties zijn van Meester Yoshikazu KAMIGAITO.

Verantwoordelijke uitgever:

VZW WADO KAMIGAITO BELGIUM ASBL

Nr. Belgisch Staatsblad: 11299-79

Korbeeklosestraat, 49

3043 Bierbeek ( België)

Gedrukt te LEUVEN, januari 1987

Nieuwe vormgeving en het toevoegen van enkele illustraties van Paul Gazon ( uitgever van "les Carnets de P-gaz" op internet met het grootste respect voor de teksten en tekeningen van de originele handleiding voor lezen via e-books, computers en tablets

Juli 2024 - Nieuwe lay-out, met elke tekening tegenover de uitleg en een poster gemaakt door Xavier Wispenninckx.

**Meer informatie over:**

<https://wado-kamigaito-ryu.be/nl/home-nederlands/>

## I. VOORWOORD : OVER KATA'S (door Meester HIRONORI OTSUKA)

De volgende bladzijden zijn eerst en vooral gewijd aan de verklaring van de "PIN-AN" KATA'S. Over de oorsprong van de naam van de KATA'S, en zelfs over hun schrijfwijze, tast men vaak in het donker. Het gebrek aan algemene gegevens over het traditionele karate schijnt mij voort te komen uit een overdreven neiging tot geheimhouding bij de Okinawa-bewoners.

Ook de eigenlijke Japanse vechtkunsten werden in het verleden zeer geheim gehouden en werden mondeling overgeleverd. Dit deed men om te vermijden dat de tegenstanders een afweer zouden vinden tegenover de technieken van een bepaalde school.

In het tijdperk (1) dat het eiland Okinawa aan de feodale SATSUMA-clan (2) toegewezen werd, was het de inwoners verboden eender welk wapen te bezitten en werd de bevolking aan een streng politietoezicht onderworpen.

Het onderricht in karate (dat nochtans zonder wapens bedreven wordt) werd vaak aan één enkele leerling gegeven en dan nog in de grootste geheimhouding. Dit verklaart waarom geschreven documenten over karate ontbreken, en waarom men zich, voor de reconstructie van zijn ontwikkeling, tevreden moet stellen met de onnauwkeurigheid van de mondelinge traditie.

Laat ons terugkeren naar de "PIN-AN" KATA'S. Zij zijn ten getale van vijf. Hun schepper is, naar men zegt, een zekere MEESTER ITOSU (3). Maar volgens het zeggen van een groot karateka welbekend in Okinawa, komen deze KATA'S sterk overeen met de KATA'S van weleer, genaamd "CHAN-NAN". Op Okinawa verschilt iedere KATA al naargelang de experten.

Ik heb de voor mij meest aanvaardbare versie opgenomen. Ik heb de vrijheid genomen om de zin van enkele passages te veranderen op basis van mijn eigen onderzoek.

Men begint met de studie van PIN-AN NIDAN (de tweede PIN-AN) omdat hij de meest eenvoudige structuur bezit van de 5 PIN-AN. Iemand anders heeft deze KATA'S "HEIAN" in plaats van PIN-AN genoemd en verwisselde de KATA NIDAN met de KATA SHODAN. Ik heb nochtans de aloude benaming en de oorspronkelijke volgorde bewaard. Van weinig belang, dit is slechts een detailkwestie in mijn ogen want het ene is het andere waard.

Na de PIN-AN, vat men de studie van "KU-SHAN-KU" aan. Naar het schijnt zou deze naam voortkomen van een chinees officier, die deze KATA onderwezen heeft aan de inwoners van Okinawa, zowat 220 jaar geleden. Deze KATA bevat ongeveer alle belangrijke bestanddelen van de PIN-AN (vanuit chronologisch standpunt bekeken, zijn de PIN-AN afgeleid uit KU-SHAN-KU). Deze KATA wordt uitgevoerd met snelheid en lichtheid, terwijl men van positie en situatie verandert in de veronderstelling dat aanvallen komen uit de vier windrichtingen.

Vervolgens komt NAIHANCHI. Hier gaat het om het bestuderen van bewegingen die uitgevoerd worden vertrekkende van een houding die eigen is aan het karate en dewelke men nergens terugvindt in de traditionele Japanse vechtkunsten (4). De meest verspreide versie van deze KATA is deze van de stijl van MEESTER ITOSU; nu beoefent men hem echter volgens de SHIKO DACHI houding die eigen is aan SUMO. Dit was nochtans oorspronkelijk het geval niet.

Niettegenstaande de buitensporigheden van MEESTER ITOSU werd deze KATA beoefend in een houding eigen aan karate en waarvan ik hierboven gewag heb gemaakt. De FUMIKOMI-bewegingen (5) werden minder vaak uitgevoerd en dan alleen nog op het moment van de zijdelingse verplaatsingen. Het schijnt dat MEESTER ITOSU deze versie heeft aangenomen om reden van zijn lichaamsbouw, want hij was een man van grote gestalte, zeer sterk en hij bezat een spierkracht buiten het normale.

Indien men de aan NAIHANCHI eigen houding verwaarloost om deze van SHIKO DACHI aan te nemen, verliest deze KATA zijn wezenlijk doel en heeft hij geen enkel effect. Om zich te trainen in het uitvoeren van FUMIKOMI vanuit SHIKO DACHI, kan men evengoed de FUMIKOMI van SUMO toepassen (6). Iedere KATA heeft zijn technische bijzonderheden en men moet er zich toe verbinden om ze in alle ernst te bestuderen.

Ik neem de NAIHANCHI over van een expert MATSUMURA genaamd, een inwoner van TOMARI (een streek in Okinawa). Men zegt dat deze KATA zo moeilijk is dat niemand hem perfect kan kennen, al zou hij er zich tot aan zijn dood op toeleggen. Deze KATA wordt steeds moeilijker in de mate men er zich in verdiept, maar hij geeft een onuitputtelijk genoeg. Hij bevat ook enkele basistechnieken die onontbeerlijk zijn bij het aanleren van bepaalde technieken en hun toepassingen.

Het schijnt dat bepaalde karateka's uit de aristocratie van SHURI (een andere streek in Okinawa) deze KATA minachtten en hem beschouwden als een KATA van de lagere volksklasse of van de boeren. Zelfs indien dit het geval is, ben

ik van oordeel dat wat goed is, goed blijft en heb ik er mijn voorkeur aan gegeven,

In deze soort zijn er 3 KATA'S, te weten NAIHANCHI SHODAN (de eerste), NIDAN (de tweede) en SANDAN (de derde) zoals in de stijl van MEESTER ITOSU, maar enkel de eerste is noodzakelijk omdat het eigenlijke doel van NAIHANCHI is de positie eigen aan deze KATA te bewaren, terwijl men gebruik maakt van de "KOSHI NO KIRI" (een uitdrukking afgeleid van "KOSHI O KIRU": al schokkend de heupen draaien) die niet toegepast wordt in de 2de en 3de NAIHANCHI.

Daarna begint men de studie van SEISHAN. In deze KATA gaat men over tot de toepassing van de NAIHANCHI-houding om zich te verplaatsen in de 4 richtingen met soepelheid en lichtheid.

Uiteindelijk past men de resultaten van de studie van KU SHAN KU en SEISHAN toe, op de studie van CHINTO. Men zou kunnen stellen dat het voldoende is perfect CHINTO te beheersen; de andere KATA'S kunnen beschouwd worden als middel om tot CHINTO te komen.

**Ik neem uitsluitend deze 9 KATAS aan.**

Er zijn mensen die vragen om talrijke KATAS aan te leren en die zich inbeelden dat het een vooruitgang is wanneer zij er veel hebben geleerd. Dit is echter een vergissing.

Er wordt gezegd dat men vroeger maar 2 of 3 KATAS' kende, aangezien dat de technieken geheim werden gehouden. Ten andere is het zeer moeilijk om zelfs een KATA volledig tot zijn recht te doen komen. Vooraleer een aantal KATAS in het geheugen te prenten, moet men zich trainen met het oog op

het beoefenen van levendige KATAS die kunnen tegemoet komen aan alle eisen van de toepassing.

*Het voorwoord van dit werk is de vertaling van een tekst die genomen werd uit het boek van MEESTER HIRONORI OTSUKA, de grondlegger van de WADO-RYU-school.*

*(Referentie: "KARATE-DO" Vol. 1; p. 61; H. OTSUKA).*





## NOTA VAN DE VERTALER

(1) 17de eeuw.

(2) Het eiland KYUSHU, het meest zuidelijke van Japan.

(3) Dit was de meester van de Heer FUNAKOSHI. De stijl van deze laatste (de SHOTOKAN-stijl) bewaart de richting van MEESTER ITOSU.

(4) Hier maakt MEESTER OTSUKA een onderscheid tussen de Japanse traditionele vechtkunsten en deze van Okinawa, die de rechtstreekse invloed van China ondergingen.

(5) Een soort voettechniek : een verpletterende stoot naar de grond met de onderkant van de hiel of met de snijkant van de voet (SOKUTO).

(6) Zinsspeling op de training en ritueel van SUMO, waarvan één van de fasen SHIKO O FUMU (de SHIKO verpletteren) wordt genoemd. Het is het bekende gebaar door hetwelk de SUMOTORI met z'n volle gewicht het been tegen de grond zet bij het begin van de aanval.

**OPMERKING** : De transcriptie van de Japanse woorden. Ik bet het HEPBURN-transcriptiesysteem overgenomen; dit is het meest gebruikte voor het drukken in vreemde talen. Hieronder de benaderingen in de nederlandse schrijfswijze

e	...	ee
ei	...	ei
o	...	oo
u	...	oe
g	...	Zoals "G"arçon
shi	...	sji
fu	...	foe
chi	...	tsij
chi	...	tsij
yu	...	joe
tsu	...	tsoe
h	...	Altijd aangeblazen

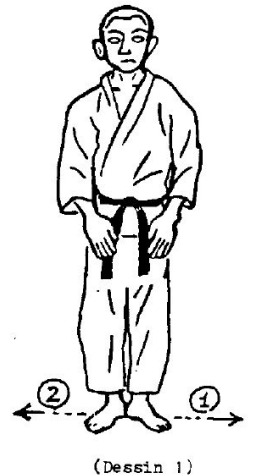
n op het einde van een woord ...	Nasaal onafhankelijk van de voorafgaande klinker
--	---

## PINAN GODAN

POSITIE VAN KIOTSUKE (letterlijk : aandachtig zijn),

Figuur 1 : De hielen zijn bij elkaar, de grote tenen zijn gespreid, de handen hangen tegenover de dij, maar de nek moet verticaal en soepel zijn. De richting van de blik is horizontaal zonder een bepaald doel voor ogen (zoals men kijkt naar verre bergen). Men moet in elk geval mentaal en fysisch kalm zijn.

kiotsuke



## POSITIE VAN YOI

Figuur 2 : Vanuit de positie KIOTSUKE verwijderd men eerst de linkervoet naar links, dan de rechtervoet naar rechts. De verwijding van de voeten, gemeten vanaf de buiten kant van de hielen, moet ongeveer gelijk zijn aan de breedte van de heupen. Men sluit de vuisten ter plaatse zonder al te veel samen te knijpen.

yoi

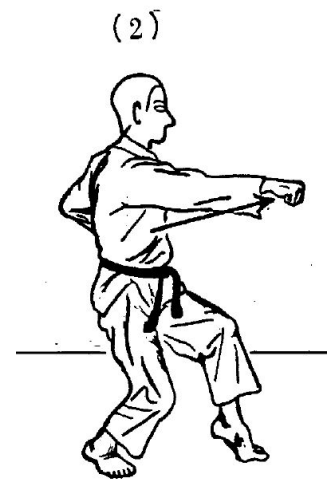


(Zie VOL.2 I A)

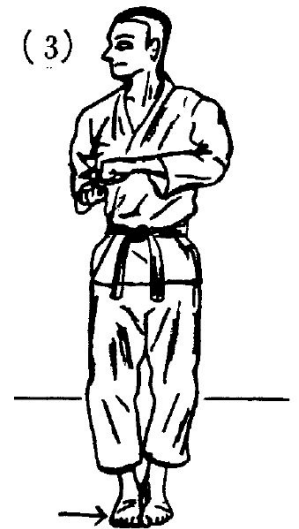
1. Dezelfde beweging als PIN-AN SANDAN: SHOMEN-NO-NEKOASHI naar links en JODAN-KOTE-UKE links.



2. In dezelfde stand van de benen, stoot met de vuist ter hoogte van de plexus.



3. Het lichaam helemaal naar voren draaien, de rechtervoet terugbrengen in HEISOKU-DACHI, het gezicht naar rechts gedraaid. De rechtervuist is terzijde aan de gordel getrokken, de linkervoorarm is horizontaal gebogen naar de plexus toe. Houdt de afstand van ongeveer één vuist tussen de borst en de linkervoorarm. Houdt dezelfde afstand tussen de boven elkaar geplaatste vuisten.



N.B.: Deze beweging wordt traag uitgevoerd, zonder kracht aangezien zij de tegenovergestelde beweging voorbereidt van fase (1) en (2).

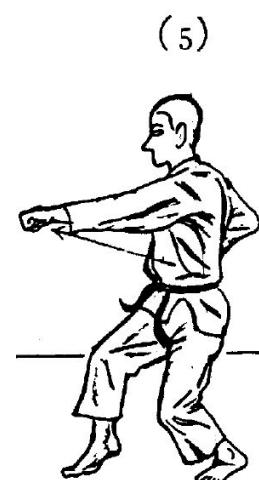
De schrijver neemt hier de positie van HEISOKU-DACHI over van de stichter in zijn eerste periode. In zijn laatste jaren heeft hij echter de positie van MUSUBI-DACHI aangeraden omdat hij hier de HEISOKU-DACHI niet zo nodig acht als bij de tijd (2) van PIN-AN SANDAN en van de tijd (5) van PIN-AN YODAN.

De MUSUBI-DACHI is echter wellicht stabielere dan de andere, maar de schrijver is ongerust over de bescherming van de testikels op het korte overgangsmoment dat men die positie aanneemt. Hij heeft beslist de oude stijl te behouden om meer belang te hechten aan dat overgangsmoment dan aan de statische vorm. Dit moet nog verder onderzocht worden.

4. Tegenovergestelde beweging fase (1), keer de bewegingen om.



5. Tegenovergestelde beweging van fase (2), keer de bewegingen om.



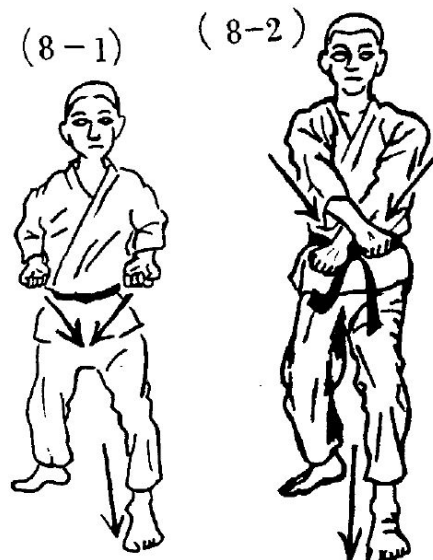
6. Tegenovergestelde beweging van fase (3), maar het gezicht blijft naar voren.



7. Zoals in fase (4) van PIN-AN YODAN, SHOMEN-NO-NEKOASHI rechts, JODAN-KOTE-UKE rechts, de linkervoorarm is tegen de maagstreek geplaatst.



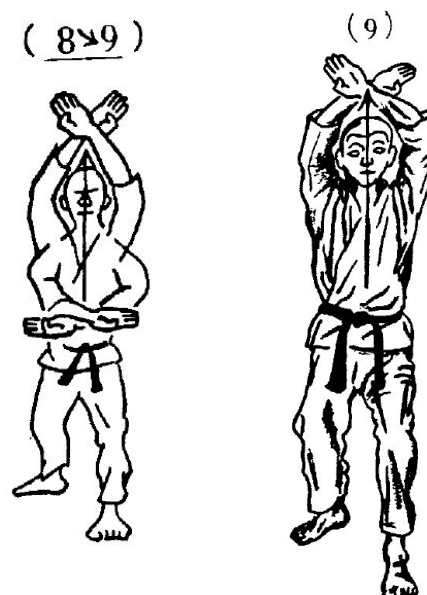
8. Zoals tijdens fase (3) van PIN-AN YODAN. Vorder met de linkervoet in de stand van JUNZUKI, de vuisten gekruist, de handpalmen naar beneden.



9. Draai de handen om, handpalmen naar boven. Voer ter plaatse een dubbele JODAN-AGE-UKE uit, maar in SHUTO.

N.B.: Deze oefening wordt alleen in de KATA'S gebruikt want het gelijktijdig gebruik van de handen op deze manier is geen goede verdedigingstechniek. Bij toepassing is het beter de ene JODAN-AGE-UKE onafhankelijk van de andere uit te voeren. (Zie PIN-AN YODAN (3)).

Traditioneel gezien wordt deze beweging gebruikt in verdediging tegen een stok. Door de hand 180° te laten draaien, kon men aldus de stok van de tegenstander grijpen. In de YAKUSOKU-KUMITE (toegepast geregeld gevecht) wordt de stok vervangen door de arm van de tegenstander.



10. Weer, van boven naar beneden, de slag van de tegenstander af met de rug van de pols en de palm van de linkerhand. De linkerarm gaat onder de rechterarm door.

N.B.: De beide handen bevinden zich ter hoogte van de maagstreek, ongeveer 15 cm van

de borst verwijderd. De ellebogen raken lichtjes de zijden van het lichaam. Iedere arm verricht een onafhankelijke beweging zoals in fase (9). Gebruik het midden van elke voorarm. De armen worden niet tegen elkaar gedrukt, maar raken elkaar slechts lichtjes.



(9) → (10)

(10)



11. Ter plaatse, CHUDAN ZUKI met de linkervuist (ter hoogte van de maag).

N.B.: Trek de rechtervuist krachtig naar achteren om van de reactie gebruik te maken.

(11)



12. Vorder met de rechtervoet, voer JUNZUKI rechts uit.

(12)



13. Pivoteer 180° (in feite draaien de heupen 270°) op de linkervoet naar links en voer GEDAN-BARAI rechts uit in de stand SHIKO-DACHI.

N.B.: Zet eerst de rechtervuist (kant van de pink) tegen het rechteroor (de handpalm is dus naar achteren gericht) keer dan, tijdens de draaiing van het lichaam, de vuist krachtig om, met het doel de slag te blokkeren ter hoogte van de zijde.

Opgelet: het bekken trekt het lichaam mee en de voeten volgen de beweging van het lichaam : dit idee is gemeenschappelijk aan alle Kata bewegingen, maar in een grote beweging zoals deze, valt zij beter op.



14. Breng de linkervoet bij de rechter; ga over in de YOI-stand en voer een veegbeweging met TETTSUI uit ter hoogte van de zijde, terwijl men volledig de reactie van het terugtrekken van de voet en de HIKITE benut.

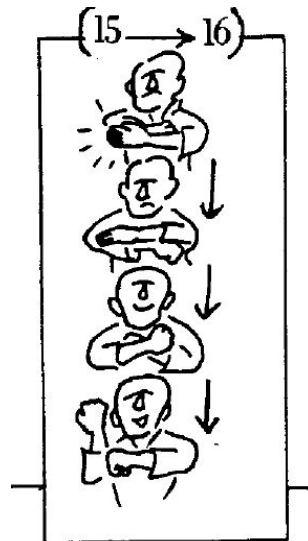
N.B.: Veeg onmiddellijk met de linkervuist, vanuit de positie waar ze is, terwijl de rechtervuist zich horizontaal naar voren uitstrekt, alvorens u ze krachtig terugtrekt en gebruik maakt van de reactie.





15. Vorder met de rechtervoet naar links, sla met de rechterelleboog tegen uw linkerhand palm die zich recht tegenover u bevindt (hij stelt de plexus van uw tegenstander voor), terwijl u het lichaam draait.

N.B.: Zie gedeelte (6) van PIN-AN-YODAN.



(15)



16. Breng snel de linkervoet naast de rechterhiel zoals in fase (10) van PIN-AN YODAN en voer KOTE-UKE uit met de rechterarm, zonder de linkerarm van plaats te veranderen maar door slechts de vuist te sluiten.

N.B.: Laat de rechtervoorarm onder de linkervoorarm doorgaan en voer de blokkering aan de buitenkant van deze laatste uit.

Het doel van de beweging van de achterste voet is vermijden dat een tegenstander die langs achteren komt uw voet met een stok zou wegvegen.

(16)



17. De rechtervoet blijft ter plaatse. Kijk naar achter, terwijl u de borst naar links draait; ga over in de KOKUTSU-DACHI-stand, terwijl het linkerbeen gestrekt wordt; laat de borst een beetje achteroverhellen. Lanceer tegelijkertijd de vuist, in de positie dat ze staat, naar achter en omhoog

(17)



alsof u een tegenstander achter u op de kin wil slaan. Houdt de linkervoerarm op de maagstreek terwijl u de linkeroksel samentrekt.

N.B.: Beeldt u een tegenstander in die langs achter komt en u slaat met zijn stok. U leunt achterwaarts om deze aanval te neutraliseren en tegelijkertijd valt u de andere tegenstander aan. Deze laatste was recht tegenover u en bevindt zich wegens uw lichaamsdraaiing nu achter u.

De meer gevorderden kunnen deze vuiststoot, direct, zonder terug te trekken lanceren, terwijl men de bewegingen van de borst gans benut want men moet goed op de timing letten tijdens het uitvoeren van de bewegingen.

**18.** Spring zo hoog mogelijk, terwijl u geheel 180° naar links draait in de lucht. Kom terecht op de punten van de voeten, de rechtervoet naar voren, de linkervoetpunt ernaast en een beet-je achter de rechterhiel. Buig de knieën. Voer tegelijkertijd GEDAN-BARAI uit met de beide armen, die men gelijktijdig gebruikt zoals tijdens een kruisafweer (JUJI-UKE). De linker- vuist zit onderaan

(18)



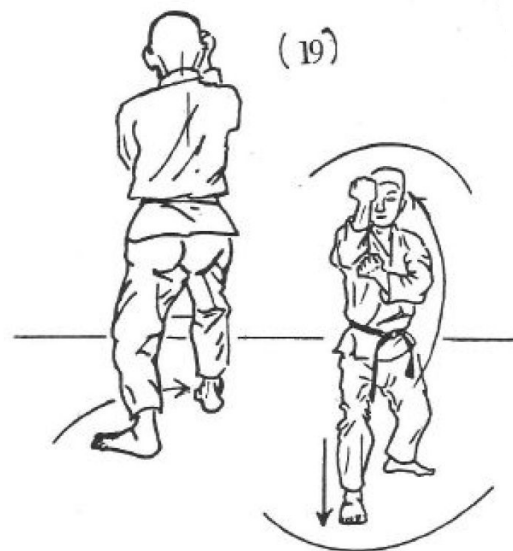
18 ← 17

N.B.: Spring als om een slag van een stok naar de benen te ontwijken. Houdt uw borst verticaal en kijk recht voor u uit. Houdt de handen aan de gordel en terwijl u in deze positie springt, kruis de polsen krachtig bij het raken van de vloer.

Indien u deze beweging aanhoudt, laat

dan de heupen op halve hoogte zakken om de benen te verstevigen. Indien u zonder overgang naar de volgende fase overgaat, dan is het beter de benen maximaal te buigen om het bewegingsvolume te verhogen.

**19.** Pivoteer 90° op de linkervoet naar rechts, terwijl u met de rechtersoet vordert en ga over in de positie van JUNZUKI. Voer JODAN-KOTE-UKE rechts uit en houdt de linkervoerarm op de maagstreek zoals in fase (19) van PIN-AN SHODAN.



N.B.: Maak gebruik van de draaiingsbeweging van het lichaam om JODAN-KOTE-UKE uit te voeren.

Met het doel de volgende tijd voor te bereiden moet het lichaam perfect naar voor gedraaid zijn.

**20.** Draai het lichaam naar links ter plaatse, terwijl men het hoofd 180° draait; draai ook de linkervoet in deze richting, de linker knie gestrekt zoals in fase (17) (in de KOKUTSU-DACHI-stand). Voer tegelijk JODAN-KOTE-UKE rechts uit en GEDAN-BARAI links. Leun een beetje achterover.

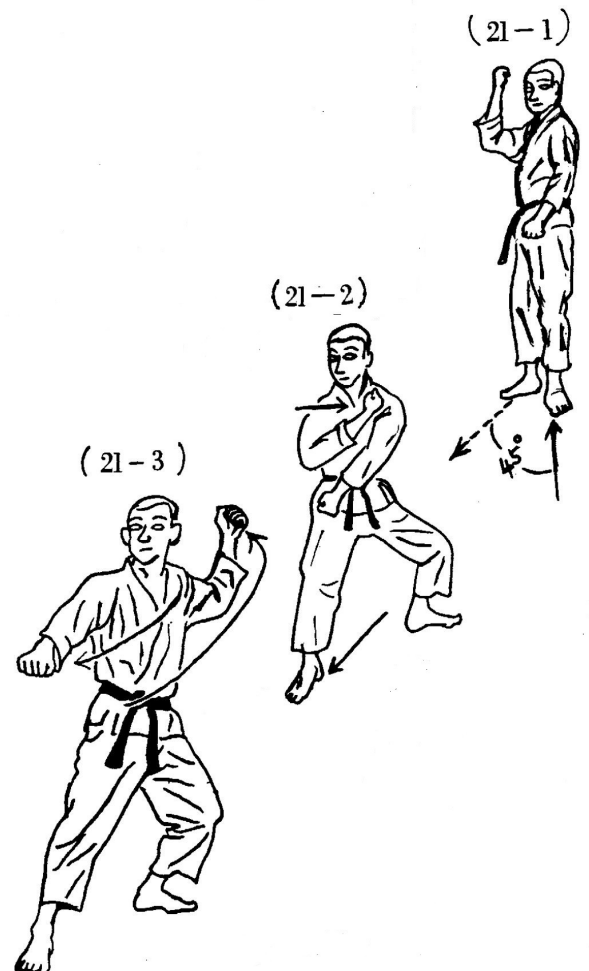




N.B.: Laat eerst de rechterhandpalm zakken onder de linkerelleboog terwijl de borst gedraaid wordt (de linkerarm blijft ter plaatse) verwijder daarna krachtig de vuisten, ieder in zijn richting alsof men een boog spant. Na KIME mag men in de armen geen overtollige kracht laten. Wees klaar om ze te gebruiken op

eender welk moment en met om het even welk doel. De lijn van het gebogen lichaam en de rechtervoorarm bevinden zich parallel.

21. Breng, zonder richting en houding van het lichaam te veranderen, de linkerhiel tegen de rechter aan. Deze beweging wordt zonder haast of kracht uitgevoerd. Vorder dan, vanuit deze positie en zonder stoppen, met de rechtervoet op een lijn die met de richting van het linkerbeen een hoek van 45° maakt. Ga over in de KOKUTSU-DACHI-stand en voer de spiegelbeeldbeweging van de armen uit van fase (20).



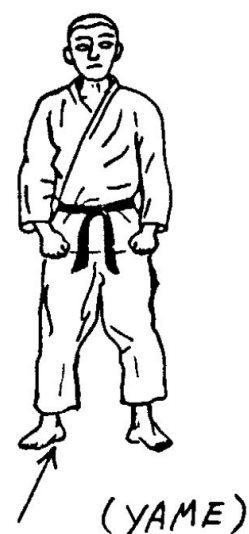
N.B.: Breng eerst gelijktijdig de linkervuist ter hoogte van de linkerschouder en de rechtervuist bij de rechterlies terwijl

men ze naar binnen draait en voer dan de afweerbewegingen uit.

De gevorderden kunnen deze armbeweging uitvoeren, overgaande in geheel rechtstaande houding en dan zonder te stoppen en in één keer, de blokkeringen uitvoeren met kracht, terwijl de rechterknie gestrekt wordt.

Voor een oefening waarbij men het lichaam buigt, moet men zich goed verticaal houden.

**YAME:** De rechtervoet terugtrekken en overgaan in de YOI-stand.



**NAORE:** keer terug in de KIOTSUKE-stand.



# PIN-AN GOBAN

(1)



(2)



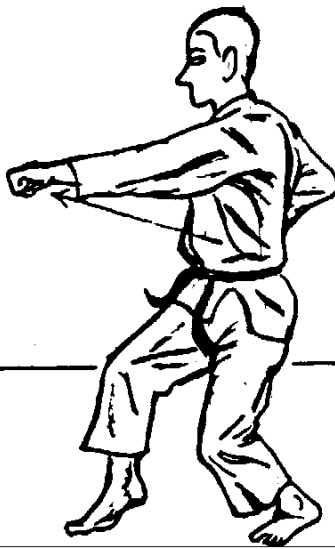
(3)



(4)



(5)

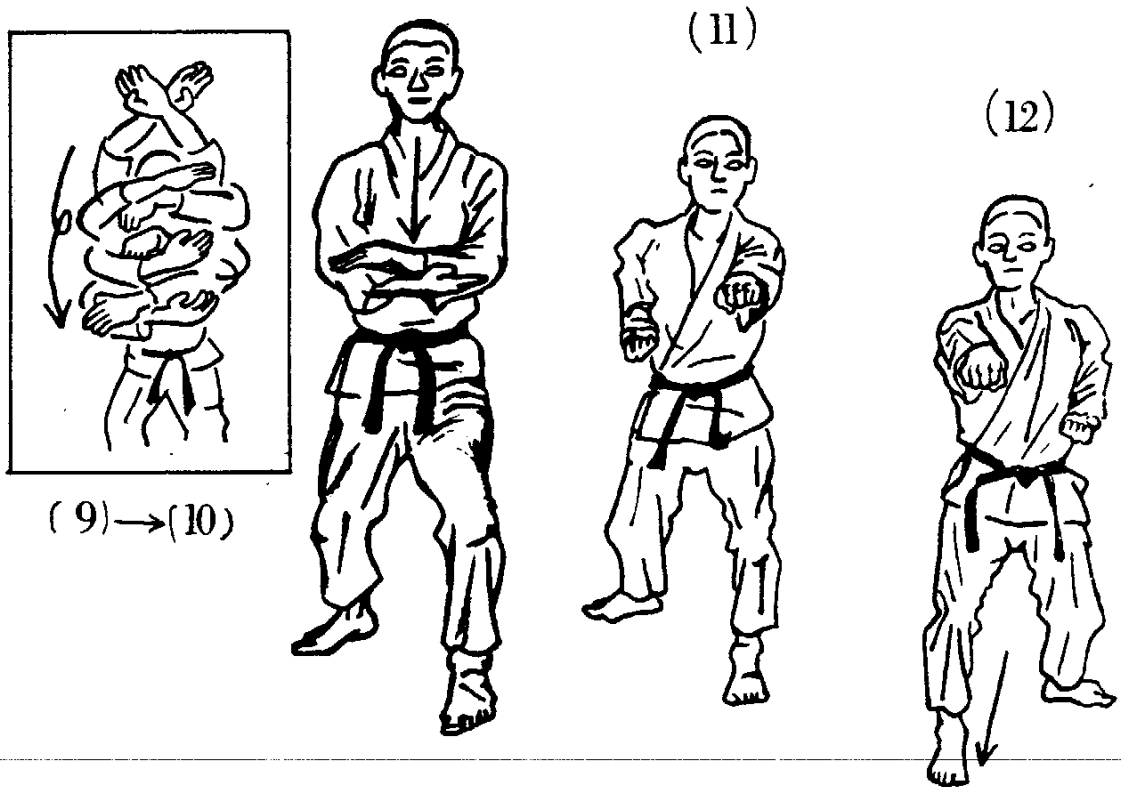
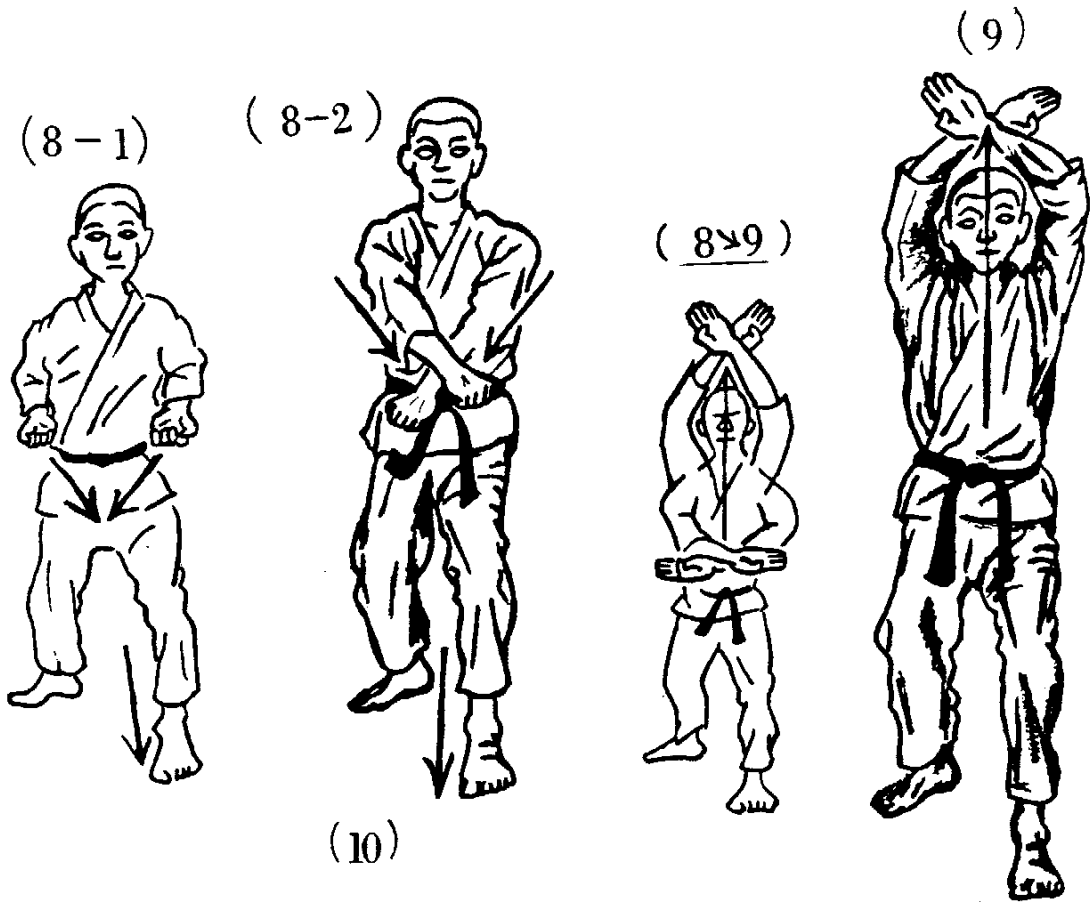


(6)



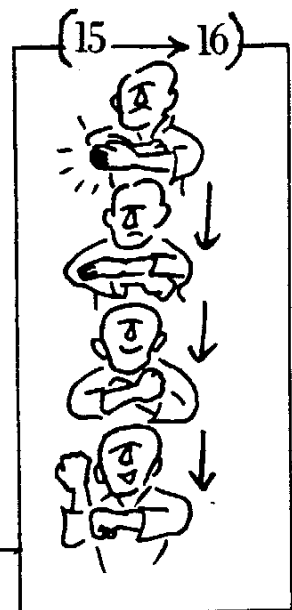
(7)



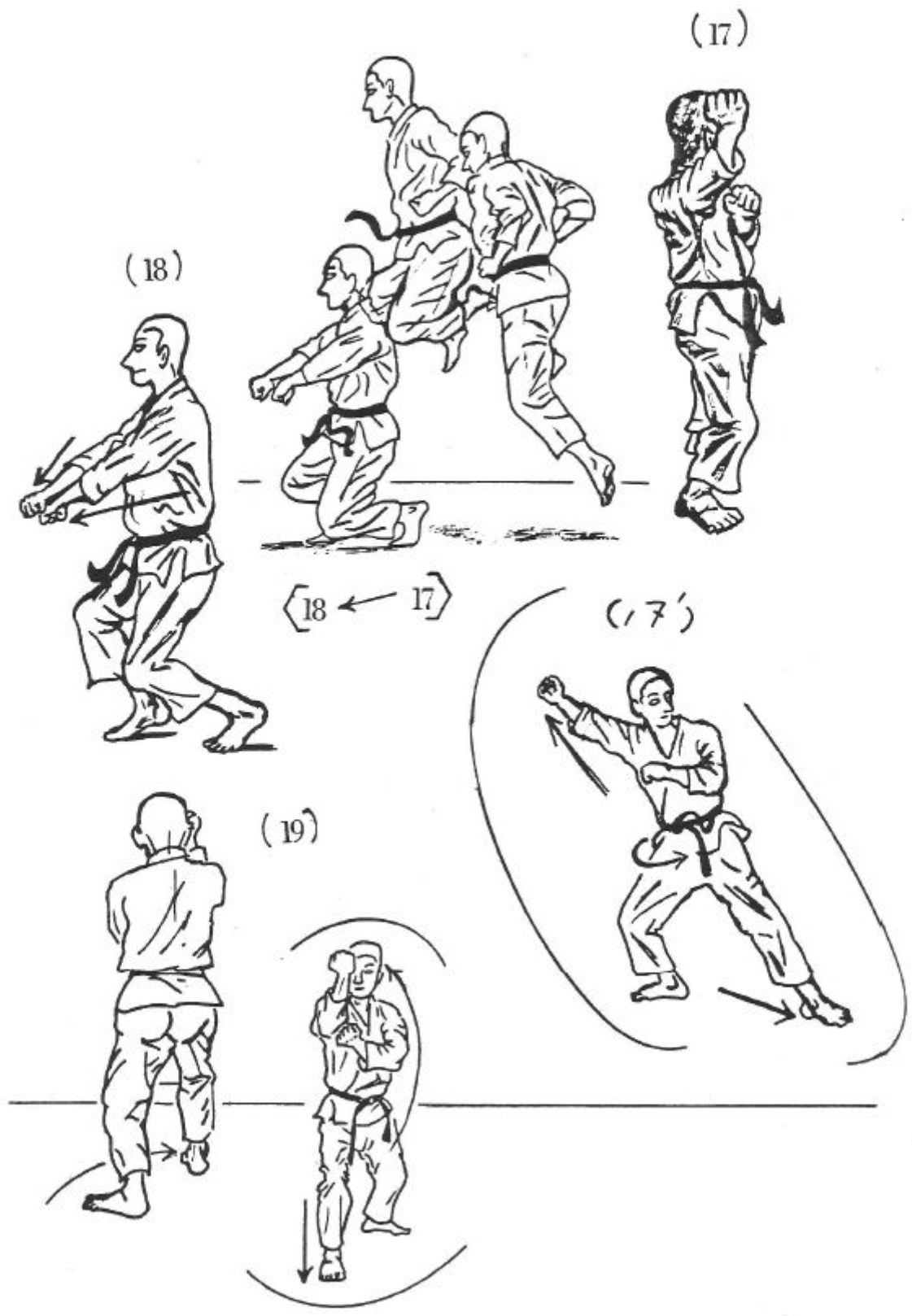


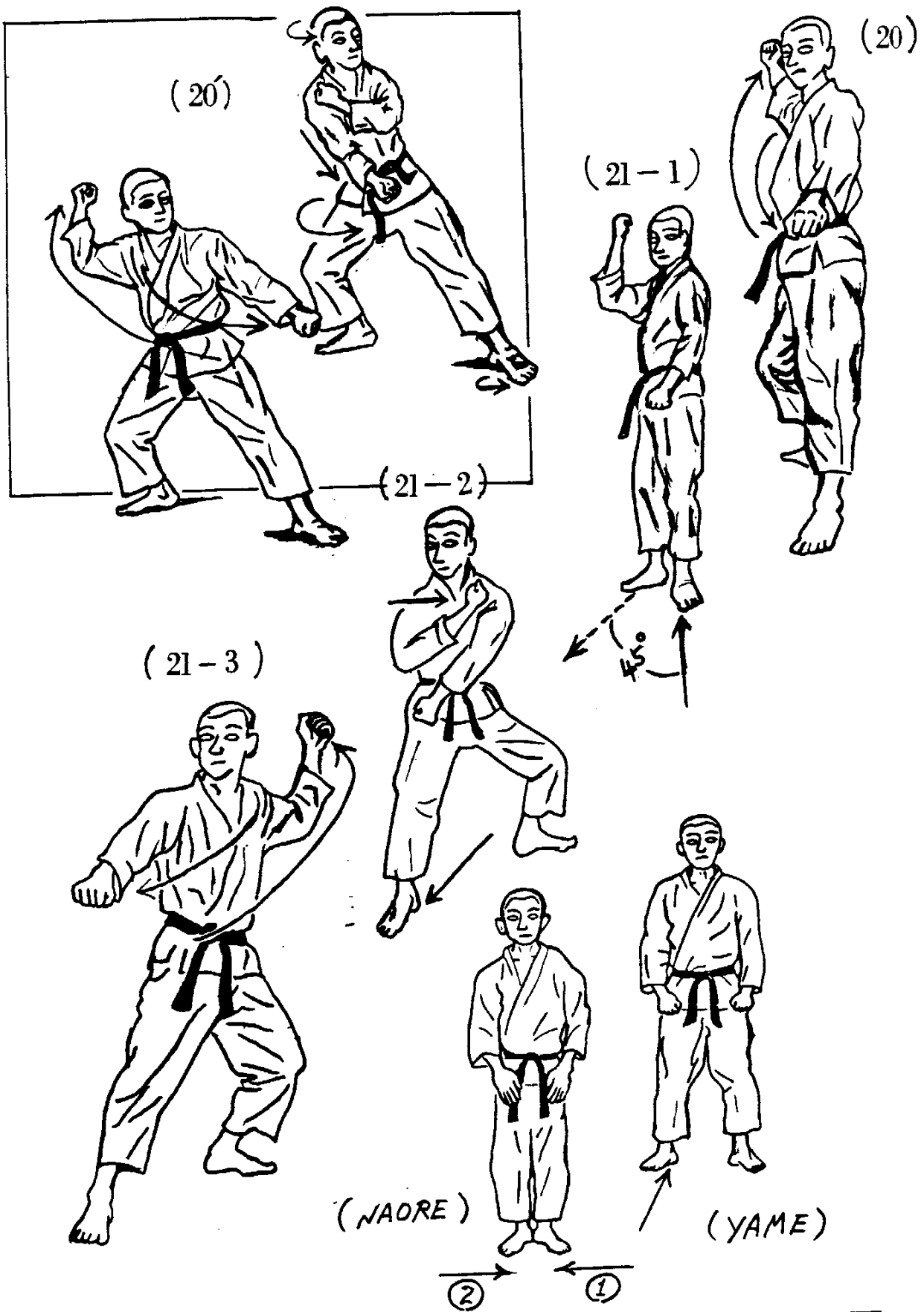


(16)









*kiotsuke*

*yoi*



(Dessin 1)



(Dessin 2)



(7)



(2)



(3)



(4)



(5)



(6)



(8-1)



(8-2)



(9)



(10)



(11)



(12)



(13)



(14)



(15)



(16)



(17)



(18)



(19)



(20)



(21-3)



(21-2)



(21-1)



(YAME)



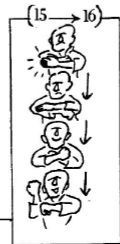
(JADRE)



(9) → (10)



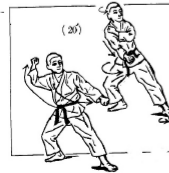
(7,5)



(15) → (16)



(7,5)



(20)

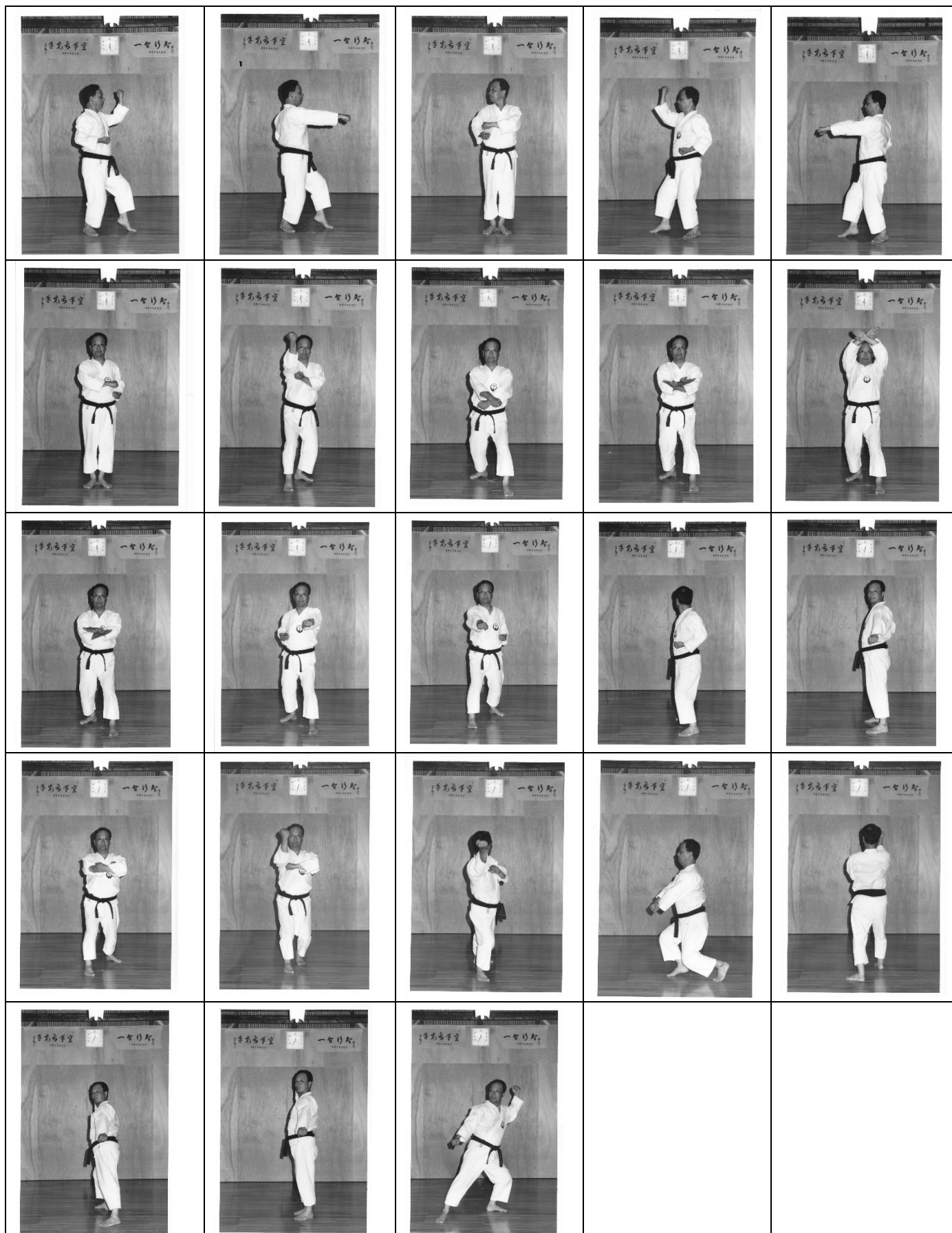
Pin-An GODAN KATA  
WADO-RYU  
YOSHIKAZU KAMIGAITO SENSEI  
<https://wado-kamigaito-ryu.be/nl/home-nederlands/>

-----

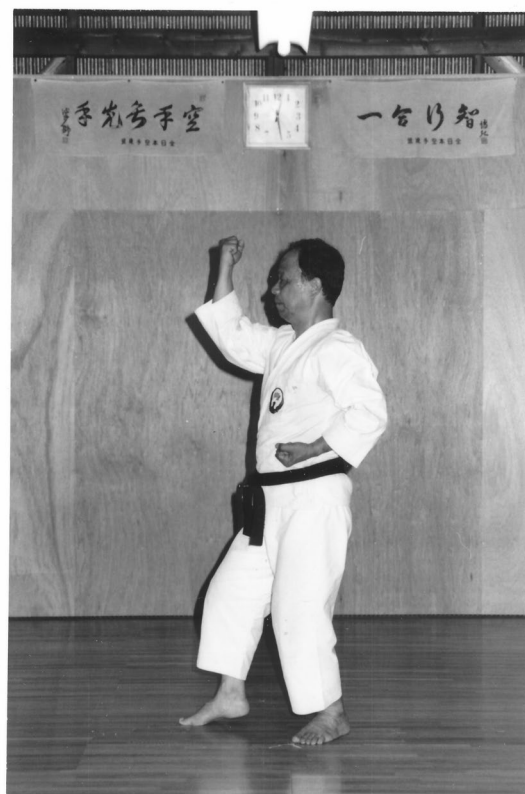
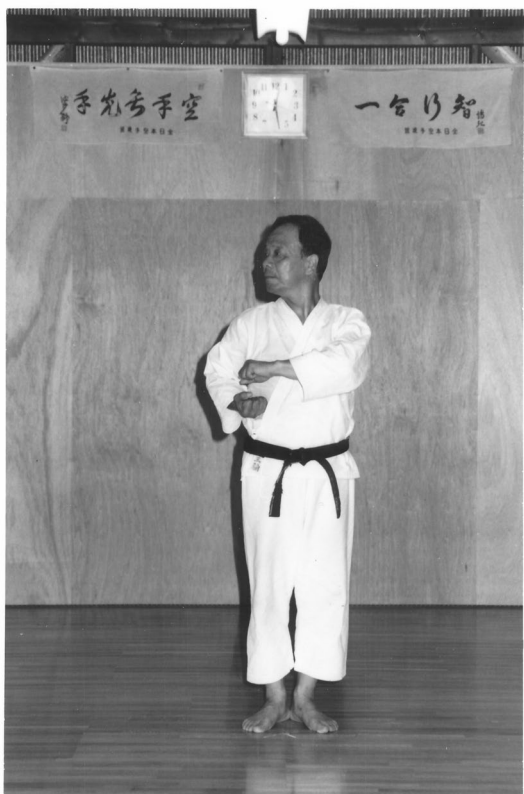
Het PIN-AN GODAN Kata  
wordt ook geïllustreerd door foto's van  
Meester Minekazu MIWA (7e Dan).  
Meester MIWA was de leraar van meester  
Yoshikazu KAMIGAITO in Nagoya, Japan.

We willen meester MIWA bedanken voor  
toestemming voor de exclusieve publicatie  
van deze foto's.

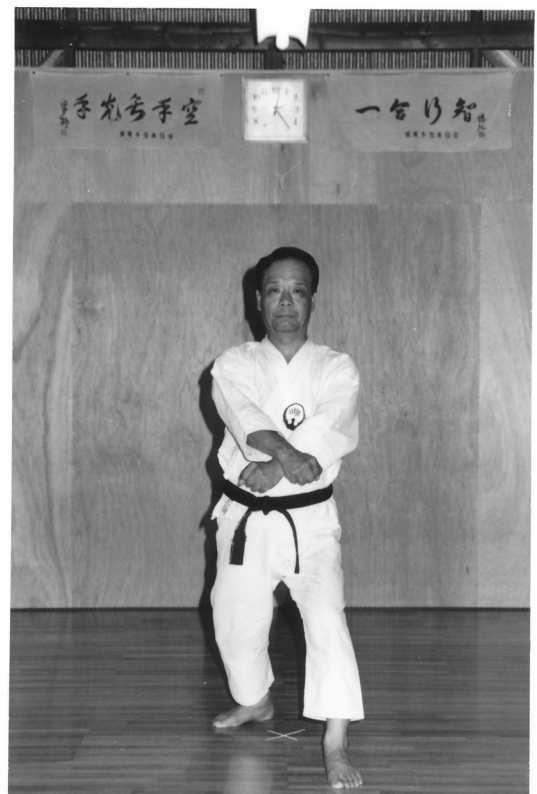
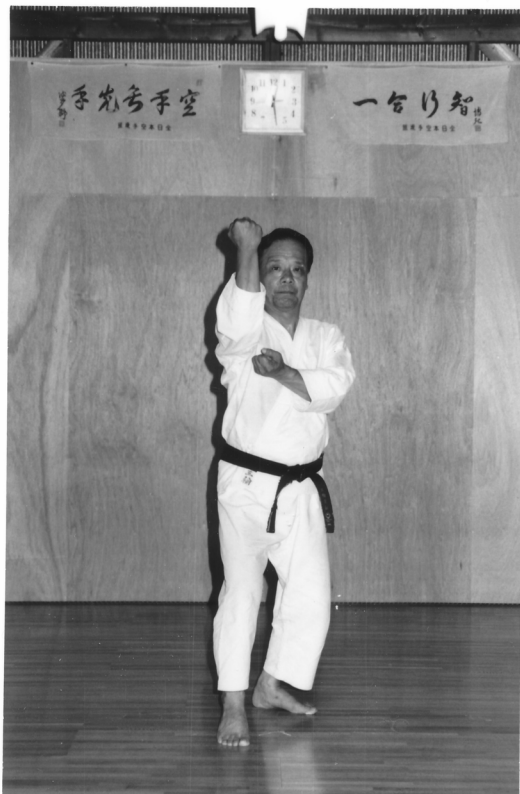
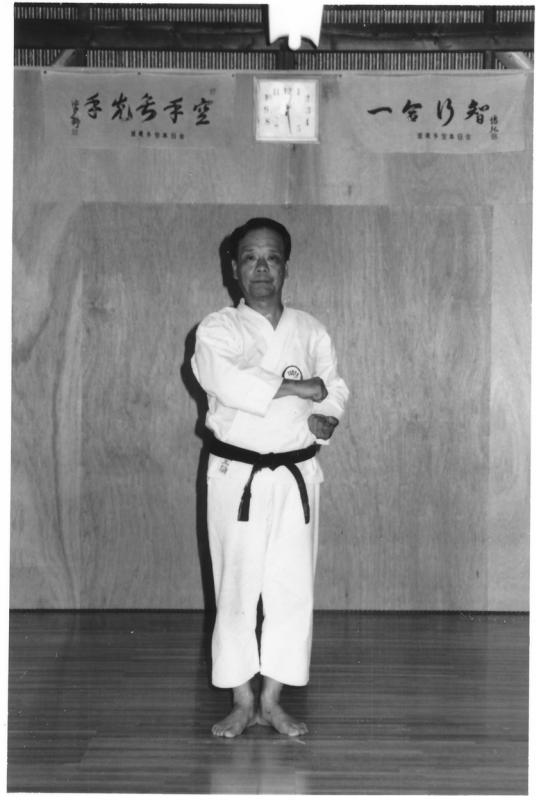
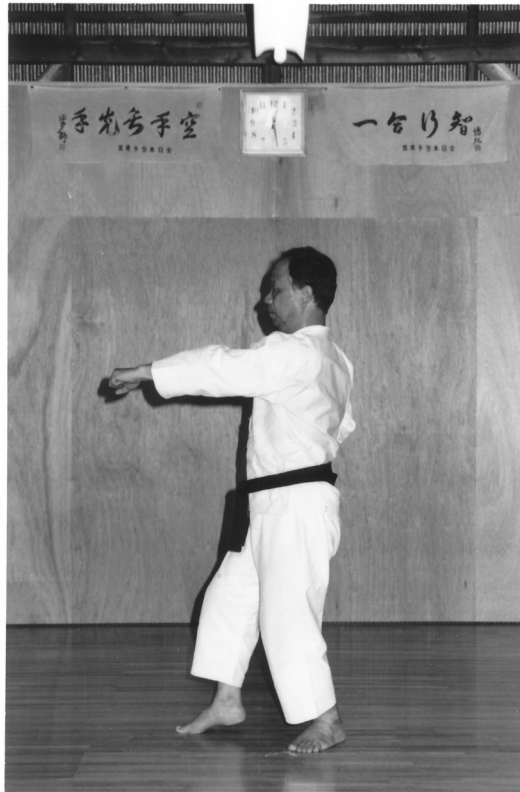
-----



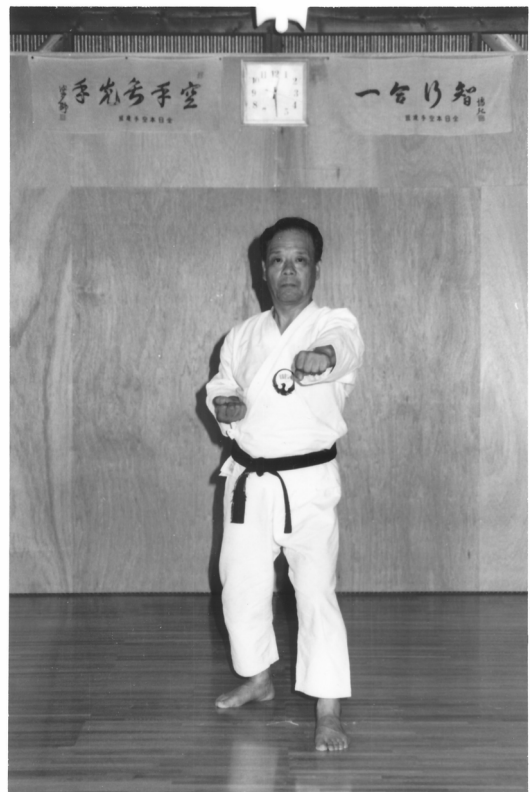
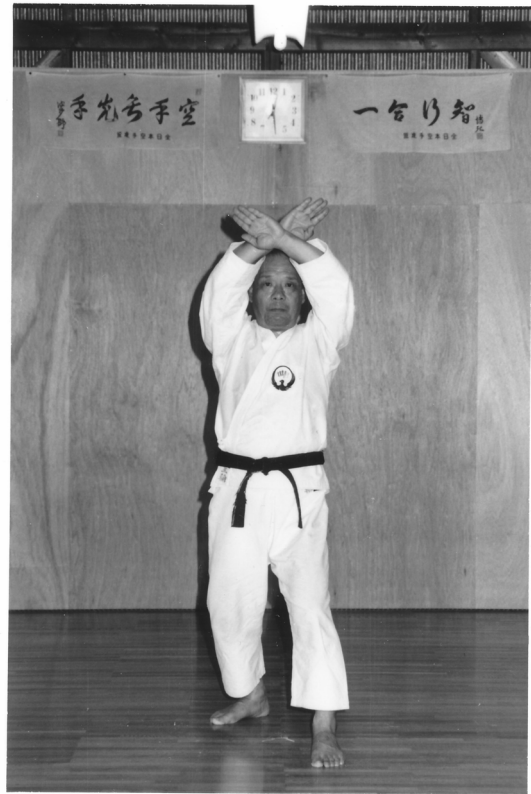
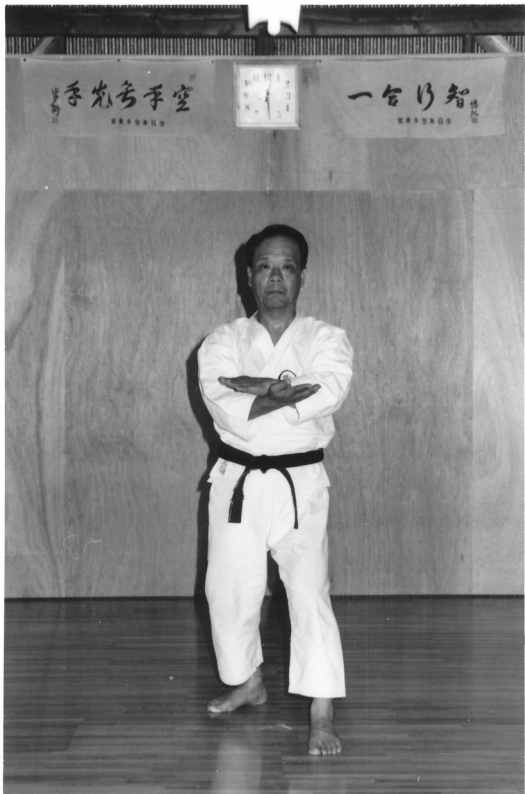
Foto's van Minekazu MIWA Sensei die Pin-An Godan uitvoert



Foto's van Minekazu MIWA Sensei die Pin-An Godan uitvoert



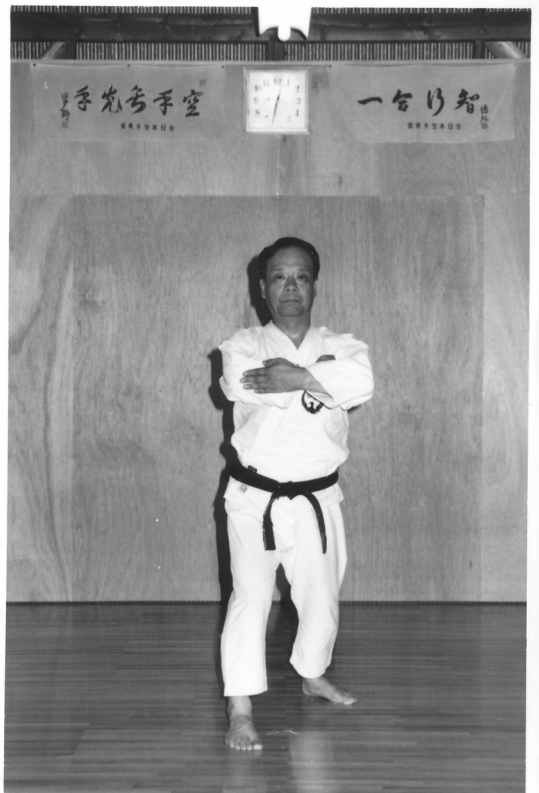
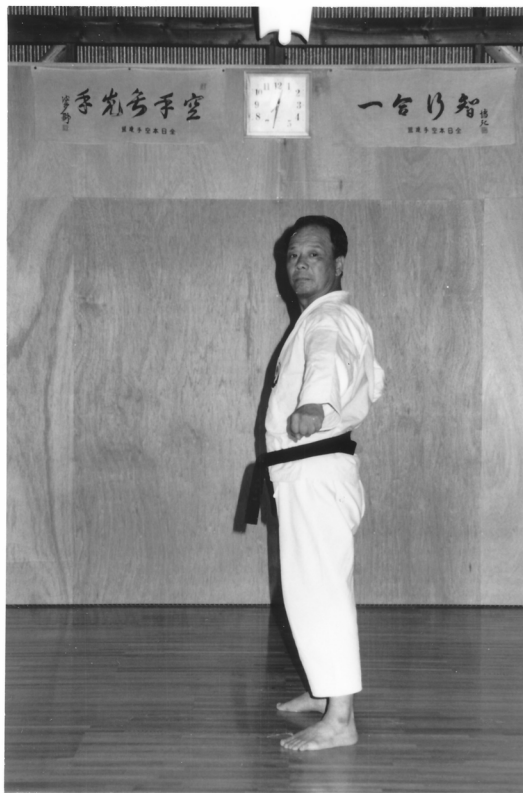
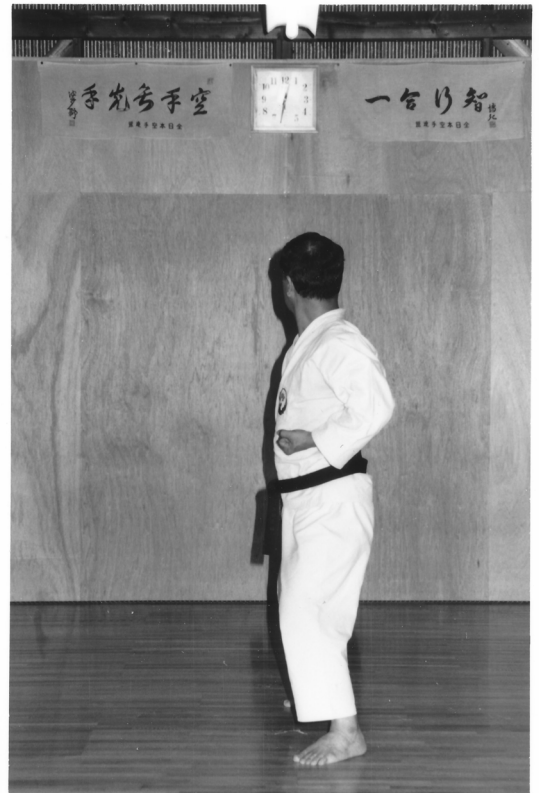
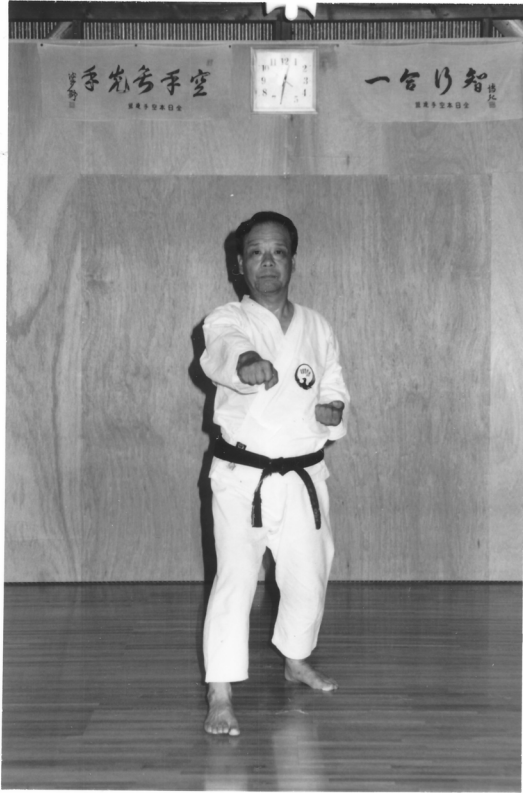
Foto's van Minekazu MIWA Sensei die Pin-An Godan uitvoert



Foto's van Minekazu MIWA Sensei die Pin-An Godan uitvoert

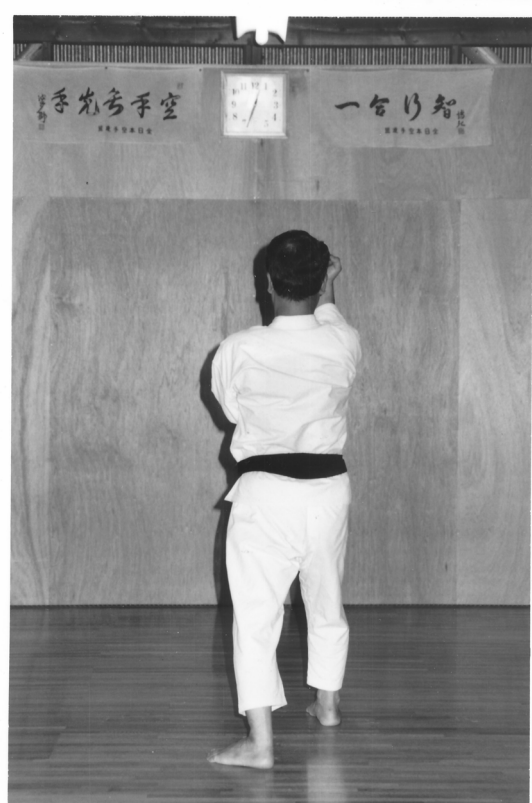
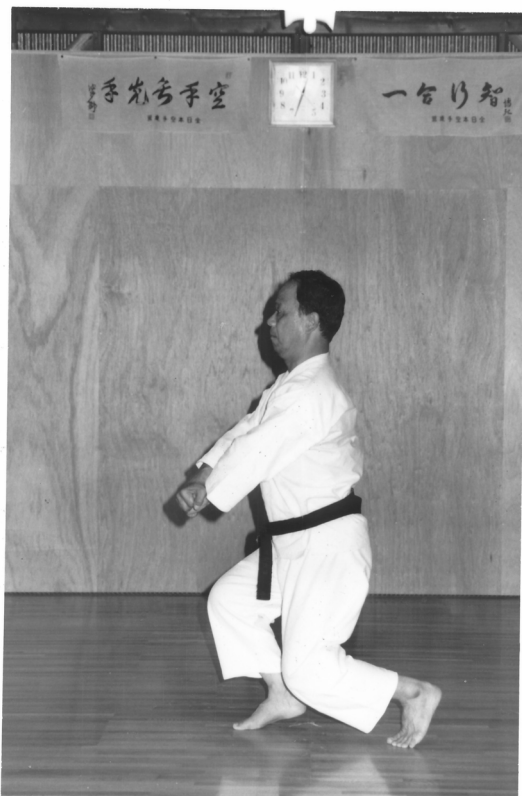
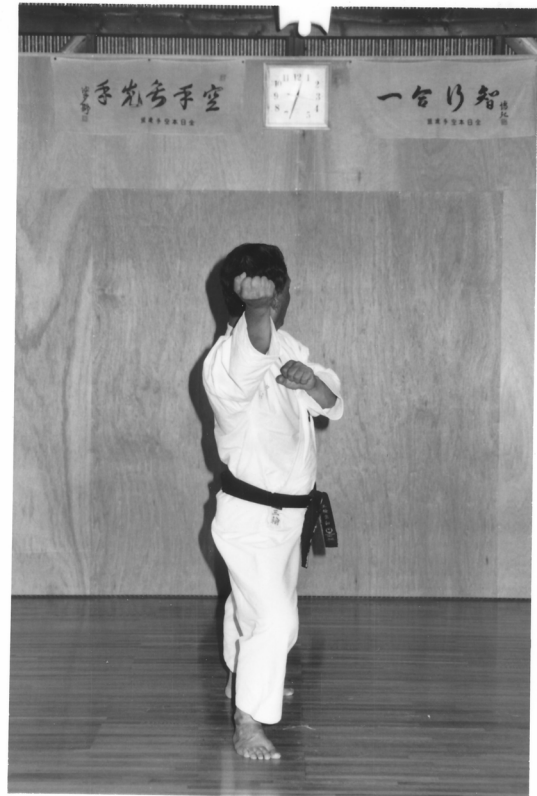
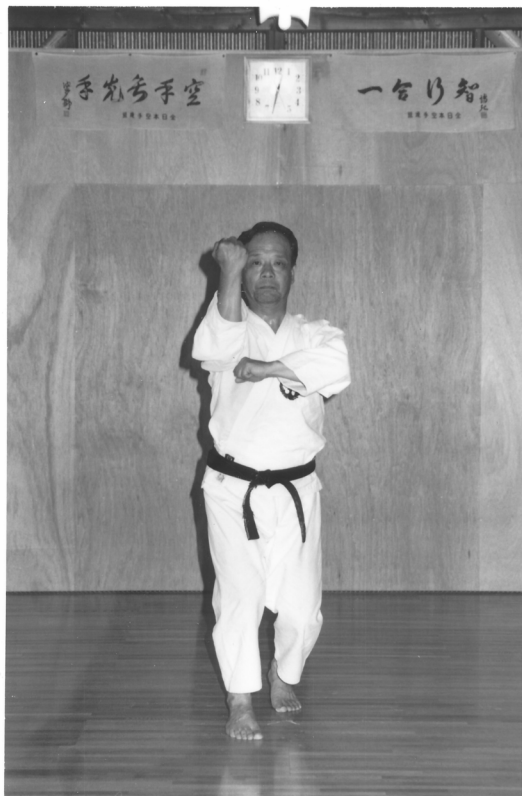
<https://wado-kamigaito-ryu.be/nl/home-nederlands/>





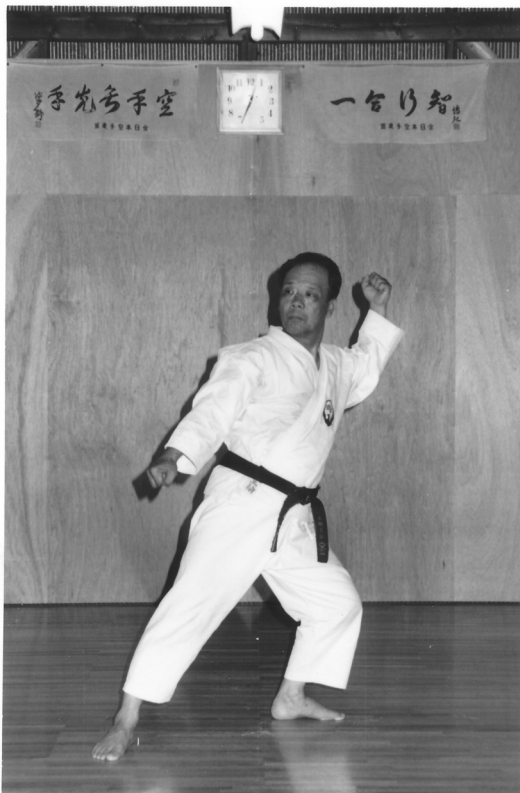
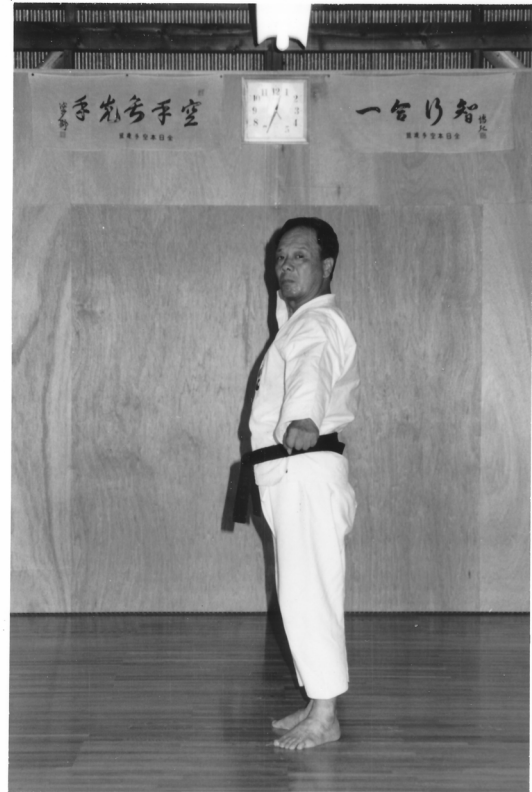
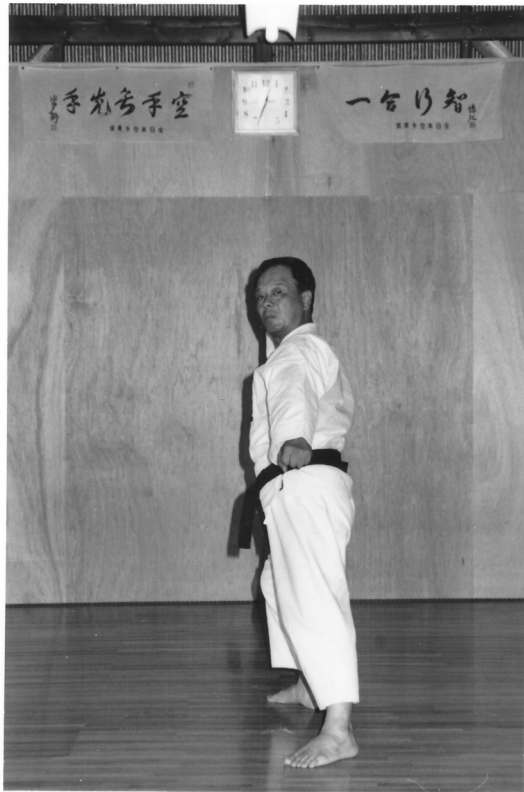
Foto's van Minekazu MIWA Sensei die Pin-An Godan uitvoert

<https://wado-kamigaito-ryu.be/nl/home-nederlands/>



Foto's van Minekazu MIWA Sensei die Pin-An Godan uitvoert

<https://wado-kamigaito-ryu.be/nl/home-nederlands/>



Foto's van Minekazu MIWA Sensei die Pin-An Godan uitvoert



De auteur : **Yoshikazu KAMIGAITO Sensei**  
( 1937 - 2014 )

Meer informatie, boeken, foto's, video's  
over Kamigaito Yoshikazu Sensei:

<https://wado-kamigaito-ryu.be/nl/home-nederlands/>

U mag alle foto's, artikelen, publicaties, video's van deze site  
<https://wado-kamigaito-ryu.be/nl/home-nederlands/> onder 2  
voorwaarden gebruiken:

1. U moet altijd de bron vermelden.
2. In geen geval kan dit gebruik voor winst zijn.

