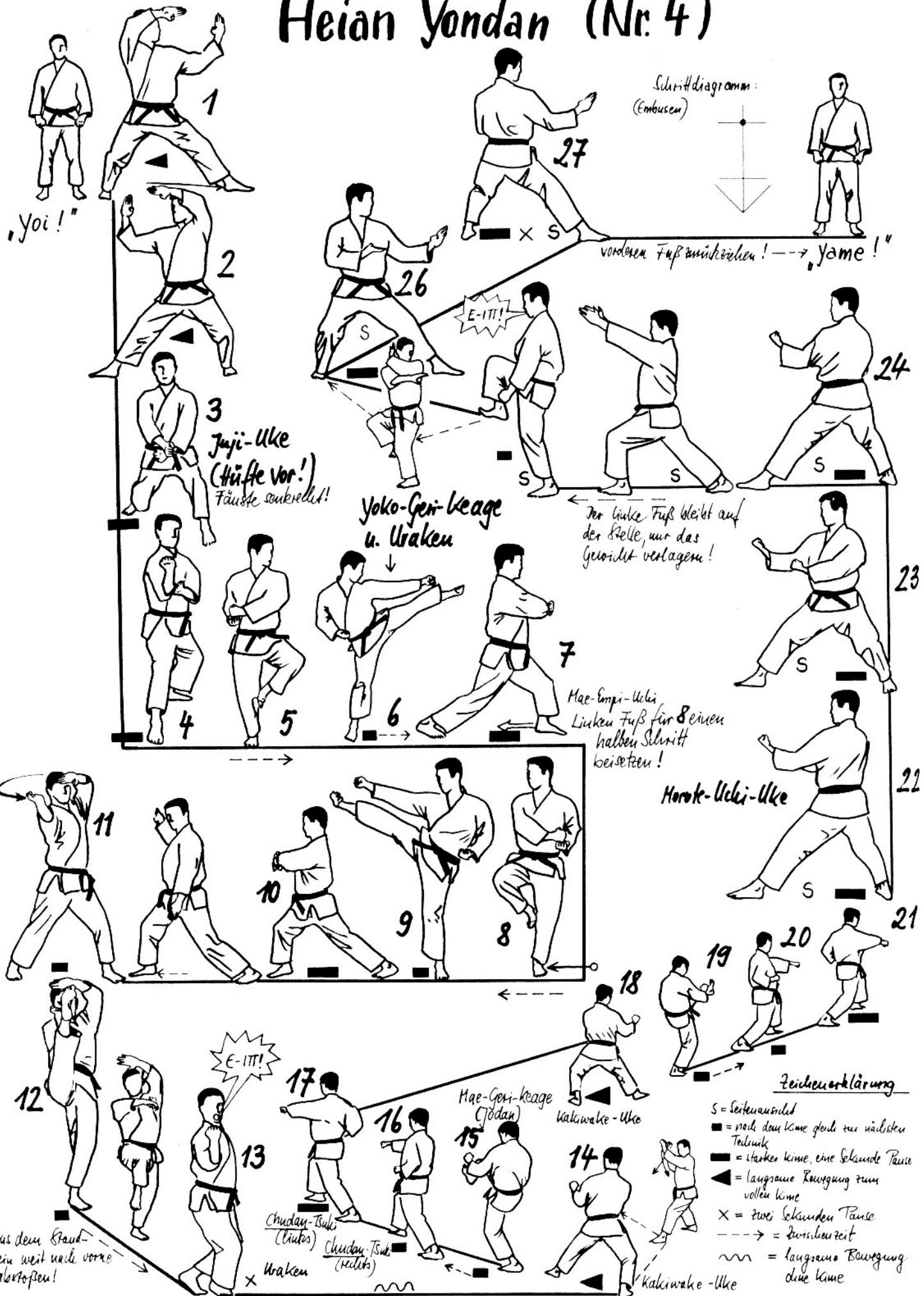


# Heian Yondan (Nr. 4)



Hüfte so weit wie möglich nach vorne! (Angriffsstellung)  
Uraken

Dauer etwa 30 Sekunden!