

OBSAH

Předmluva	5
I. CHVATY	
Použité chvaty	8
II. KOMBINACE CHVATŮ	
Skupina A. Doporučené kombinace	36
Skupina B. Dvě kombinace se znalostí dvou chvatů	63
Skupina C. Šestnáct kombinací se znalostí pěti chvatů	70
III. PROTICHVATY	
Skupina A. Použité techniky	86
Skupina B. Gonosen no kata	97
Použité japonské výrazy	112
Literatura	113