Sistema Shorei-Kai

Il sistema di insegnamento del Kobudo Shorei-Kai è estremamente vasto e complesso.
Comprende centinaia di esercizi di vario tipo strutturati in modo uniforme al fine di condurre progressivamente gli allievi dall'inizio alla fine del loro percorso di formazione.

Junbi Undo
Esercizi preparatori

Daruma Taiso
Esercizi Daruma

DT in piedi
DT seduti
DT di corsa
DT a coppie
5 Min DT
DT per bambini

Seiri Undo

Hojo Undo
Esercizi ausiliari

Tandoku
Esercizi individuali

Kumite
Esercizi a coppie

Kata Undo
Esercizi di forma

Shorei no Kata
Kata didattici

Koryu Kata
Kata classici

Kumite Undo
Esercizi di combattimento

Kiso Kumite
Combattimenti di base

Bunkai Kumite
Applicazioni

Jissen Kumite
Combattimento reale

	Tandoku	Kumite	Shorei no Kata	Koryu Kata	Kiso Kumite	Bunkai Kumite	Jissen Kumite
BO	Kihon Dosa dai Ichi Kihon Dosa dai Ni	Kihon Dosa dai Ichi Bunkai Kihon Dosa dai Ni Bunkai	Shorei no Kata dai Ichi Shorei no Kata dai Ni Shorei no Kata dai San	Choun no Kun Shushi No Kun Sakugawa no Kun Sueyoshi no Kun	Kiso Kumite dai Ichi Kiso Kumite dai Ni Kiso Kumite dai San	Bo Bunkai Kumite Choun no Kun Bunkai	Jissen Kumite
TONFA	Kihon Dosa dai Ichi Kihon Dosa dai Ni	Kihon Dosa dai Ichi Bunkai Kihon Dosa dai Ni Bunkai	Shorei no Kata dai Ichi Shorei no Kata dai Ni Shorei no Kata dai San	Gima no Tonfa Hamaiga no Tonfa	Kiso Kumite dai Ichi Kiso Kumite dai Ni	Tonfa Bunkai Kumite	Jissen Kumite
SAI	Kihon Dosa dai Ichi Kihon Dosa dai Ni	Kihon Dosa dai Ichi Bunkai Kihon Dosa dai Ni Bunkai	Shorei no Kata dai Ichi Shorei no Kata dai Ni Shorei no Kata dai San	Kubo no Sai Chatan Yara no Sai	Kiso Kumite dai Ichi Kiso Kumite dai Ni	Sai Bunkai Kumite	Jissen Kumite
NUNCHAKU	Kihon Dosa dai Ichi Kihon Dosa dai Ni	Kihon Dosa dai Ichi Bunkai Kihon Dosa dai Ni Bunkai	Shorei no Kata dai Ichi Shorei no Kata dai Ni Shorei no Kata dai San	Toyama no Nunchaku	Kiso Kumite dai Ichi Kiso Kumite dai Ni	Nunchaku Bunkai Kumite	Jissen Kumite
KAMA	Kihon Dosa dai Ichi Kihon Dosa dai Ni	Kihon Dosa dai Ichi Bunkai Kihon Dosa dai Ni Bunkai	Shorei no Kata dai Ichi Shorei no Kata dai Ni Shorei no Kata dai San	Chatan Chibaru no Kama	Kiso Kumite dai Ichi Kiso Kumite dai Ni	Kama Bunkai Kumite	Jissen Kumite
KAI				Tsuken Akanchu no Eikudi			
TEKKO				Tekko Jutsu			
NUNTI				Jigen no Nunti			
TIMBEI				Kanega wa no timbei			
NUNTI BO				Nunti bo no kata			
TECCHU				Tecchu no kata			
SANSETSUKON				Sansetsukon no kata			
SURUCHIN				Suruchin no kata			