

NIHON KENDO KATA

KODACHI

UCHIDACHI - Grand Bokuto

1. REI. Passe le sabre de la main droite à la gauche
2. TAITO
3. D → Ayumiashi 3 pas
4. SONKYO en sortant le sabre
5. CHUDAN NO KAMAE
6. Casser la garde
7. ← D Ayumiashi 5 pas
8. CHUDAN NO KAMAE

IPPONME

1. CHUDAN
2. HIDARI JODAN
3. D → Ayumiashi 3 pas G-D-G
4. Attaque Shomen - Pied droit avancé
- 5.
- 6.
7. Fait face à SHIDACHI - CHUDAN
8. Revient dans l'axe
9. Casser la garde
10. ← D Ayumiashi 5 pas
11. CHUDAN

NIHONME

1. CHUDAN
2. GEDAN
3. D → Ayumiashi 3 pas D-G-D. Relève la pointe.
- 4.
5. ← D pied droit WAKI KAMAE D → attaque SHOMEN
6.) est contrôlé par SHI DACHI
7.)
8. CHUDAN
- 9.10.11 Identique à IPPONME

SANBONME

1. CHUDAN
- 2.
3. D → D-G puis D avec
4. attaque SHOMEN sur le 3ème pas
- 5.
6. Suit le mouvement
7. Arme et attaque MIGIDO en
8. avançant pied gauche
9.)
10.) est contrôlé par SHI DACHI
11.)
12.)
13. Recule ← D-G-D sous la poussée de SHI DACHI
14. Se remet dans l'axe
15. CHUDAN
16. SONKYO OSAME
17. Recule ← D5 pas - change le sabre de main
18. REI

SHIDACHI - Petit Bokuto

- REI. Idem UCHI DACHI
TAITO
D → Ayumiashi 3 pas
SONKYO en sortant le sabre
CHUDAN NO KAMAE
Casser la garde
← D Ayumiashi 5 pas
CHUDAN NO KAMAE

- CHUDAN
MIGI HANMI
D → Ayumiashi 3 pas D-G-D
D ↘ Pare l'attaque
Riposte en SHOMEN
← D recule OKURI ASHI ZANSHIN - JODAN
CHUDAN
D ↑ Revient dans l'axe
Casser la garde
← D Ayumiashi 5 pas
CHUDAN

- CHUDAN
MIGI HANMI
D → Ayumiashi 3 pas D-G-D. Contrôle
D → petit pas D-G IRIMI
D ↗ pied gauche à gauche. Pare, riposte SHOMEN
Contrôle de la main gauche au coude
ZANSHIN. Main droite à la hanche.
Revient dans l'axe. CHUDAN
Identique à IPPONME

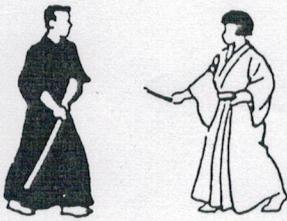
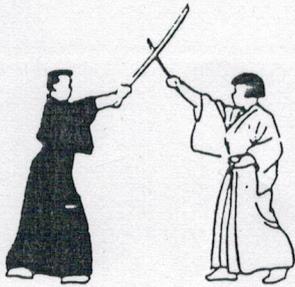
- CHUDAN
MIGI HANMI GEDAN
D → D-G-D 3 pas

Pare l'attaque en montant HIDARI SURI AGE puis repousse le sabre en bas sur le côté droit d'Uchi Dachi
Pivote sur le pied droit. D → pied gauche pare l'attaque avec le SHINOGI gauche ; coude droit abaissé

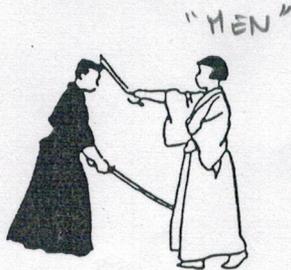
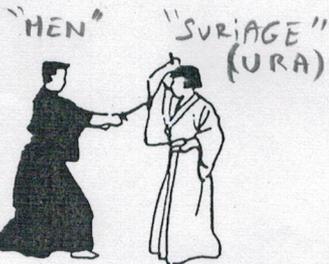
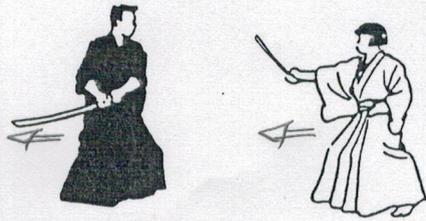
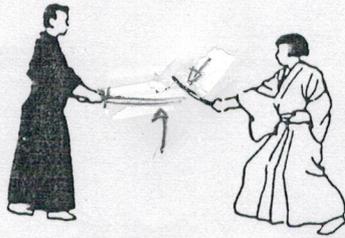
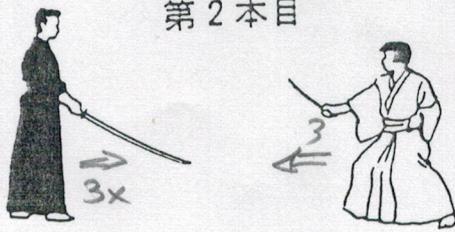
D → G-D fait glisser son sabre contre celui d'UCHI DACHI. Bloque à la TSUBA. Contrôle du bras gauche, le coude droit d'UCHI DACHI.

- D → G-D-G ZANSHIN sabre à la hanche.
← D revient dans l'axe en croisant G-D-G
CHUDAN
SONKYO OSAME
Recule ← 5 pas - change le sabre de main
REI

第3本目



第2本目



第1本目

