

GOSHIN JITSU

NO

KATA

Algemeen

Geschiedenis van het Kodokan Goshin-Jitsu-No-Kata.

Het Kodokan Goshin-Jitsu-No-Kata (vormen van zelfverdedigingskunst) is door de Kodokan in 1956 uitgebracht. De Kodokan heeft het Goshin-Jitsu ontwikkeld als een zelfverdedigingsmethode, doch als Kata wordt het niet aangeduid. Het Goshin-Jitsu is veel minder formeel als bijvoorbeeld het Kime-No-Kata, daar zijn de technieken veel meer uitgekristalliseerd. Doordat het Goshin-Jitsu-No-Kata niet officieel als Kata door de Kodokan erkend is, heeft dit kennelijk aanleiding gegeven tot veel eigen interpretaties van de technieken en de wisselposities van Tori en Uke. Na bestudering van het Goshin-Jitsu in de "Illustrated Kodokan" en de verschillende variaties hierop, is een eensluidende uitvoeringsvorm vastgesteld.

Verantwoording

Teneinde een zo breed mogelijk draagvlak te creëren en gebruik te kunnen maken van een brede kennis en ervaring zijn de beschrijvingen tot stand gekomen in samenwerking tussen de hogere dangraadhouders Jiu-Jitsu in Nederland.

Toelichting op de aanvalshandelingen.

Het dynamisch karakter van het Kata wordt bepaald doordat Uke en Tori grotendeels in beweging zijn. Belangrijk is de goede afstand, timing en de positie wisseling van Uke en Tori. Van Uke wordt verwacht dat de aanvalshandelingen op een krachtige en realistische wijze worden uitgevoerd.

Toelichting op de technieken en de uitvoering van de verdedigingstechnieken.

Het grondprincipe van het Goshin-Jitsu is de tegenstander d.m.v. atemi's, wurgingen, klemmen en worpen uit te schakelen. Bij de beoefening van het Goshin-Jitsu in "Do" vorm, wordt de tegenstander echter tot opgave gedwongen. De gecombineerde pols en armklemmen bereiken hun doel voordat de eindcontrole is bereikt. Handelingen op een nonchalante manier uitgevoerd, hebben een destructieve werking. Een aantal gecombineerde pols- en armklemmen vertonen veel gelijkenissen. Na alle eindhandelingen neemt Tori een alerte houding aan tot Uke weer staat.

Overzicht van de technieken

Ongewapende aanvallen (Toshu-no-bu)

Eerste serie: Pakkingen en omvattingen.

1. Ryote-Dori (Pakking aan beide polsen met kniestoot)
2. Hidari-Eri-Dori (Duwende pakking aan de linker revers)
3. Migi-Eri-Dori (Trekkinge pakking aan de rechter revers)
4. Kata-Ude-Dori (Pakking opzij aan de pols en elleboog)
5. Ushiro-Eri-Dori (Pakking van achteren in de kraag)
6. Ushiro-Jime (Onderarmverwuring van achteren)
7. Kakae-Dori (Middelomvatting van achteren, boven de ellebogen)

Tweede serie: slagen, stoten en schoppen (Atemi-Waza)

8. Naname-Uchi (Diagonale vuistslag naar de slaap)
9. Ago-Tsuki (Opstoot naar de kin)
10. Ganmen-Tsuki (Linker vuiststoot naar het gezicht)
11. Mae-Geri (Voorwaartse schop naar het onderlichaam)
12. Yoke-Geri (zijwaartse schop naar de heup)

Gewapende aanvallen (Buki-no-bu)

Derde serie: aanvallen met de dolk: (Tanto)

13. Tsukkake (Poging tot messteek)
14. Choku-Tsuki (Messteek naar het onderlichaam)
15. Naname-Tsuki (Diagonale messteek naar de hals)

Vierde serie: aanvallen met de stok: (Hanbo)

16. Furi-Age (Poging tot slaan)
17. Furi-Oroshi (Diagonale stokslag (45 graden, met twee handen)
18. Morote-Tsuki (Stoksteek naar de maagstreek)

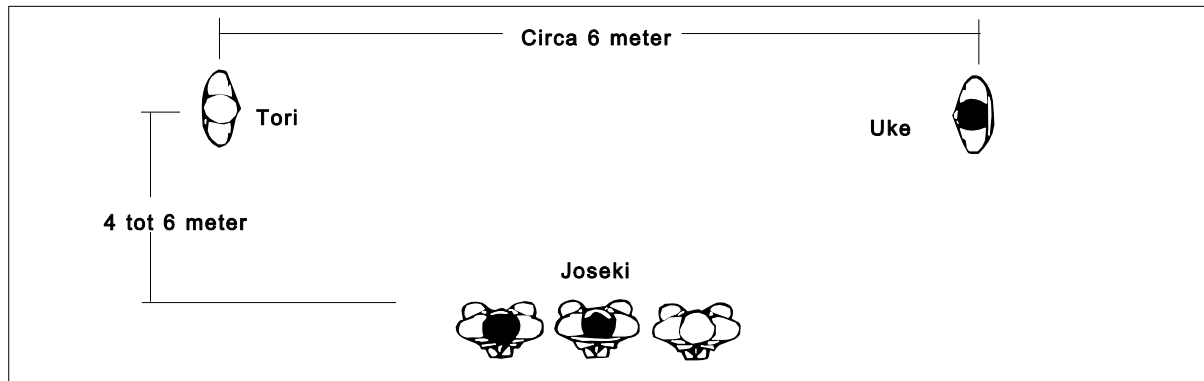
Vijfde serie: bedreiging met een revolver/pistool:

19. Shomen Tsuki (Revolver/pistool bedreiging van voren, tegen de buik)
20. Koshi-Gamae (Revolver/pistool bedreiging van voren, vanuit de heup)
21. Haimen-Tsuki (Revolver/pistool bedreiging van achteren, loop in de rug geduwd)

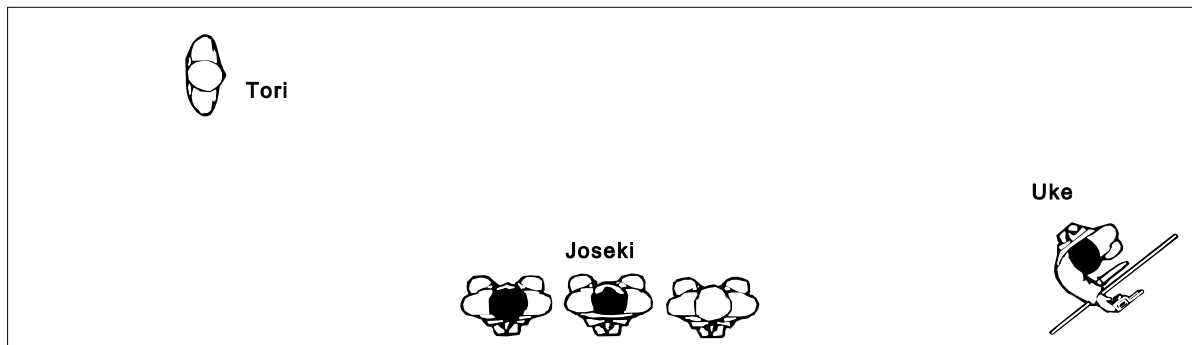
De openingsceremonie:

Uke draagt de stok (Hanbo) van ± 90 cm en de dolk (Tanto) in zijn¹ rechterhand met het uiteinde naar voren gericht. De dolk wordt aan de binnenzijde van de stok meedragen met de scherpe zijde naar beneden gericht. Het (houten) pistool/revolver is verborgen in de linkerbinnenzijde van de kimono (Gi) tussen de band (Obi).

1. Tori en Uke staan tegenover de Joseki aan de rand van de mat. Beiden lopen in (Ayumi-Ashi) naar het centrum van de mat en groeten de Joseki. De afstand bedraagt 6 meter.



2. Na het groeten van de Joseki, draaien Tori en Uke naar elkaar toe en maken een staande groet. Vervolgens draait Uke een halve slag en loopt (afhankelijk van de ruimte) een aantal passen diagonaal naar de hoek van de mat. Uke knielt in Seiza, eerst links dan rechts en legt de wapens diagonaal in volgorde van pakken voor zich neer.
 - (1) Eerst de dolk met het scherp naar zich toe en de punt van de dolk van Joseki af.
 - (2) Ten tweede de stok.
 - (3) Als laatste het handwapen. Deze wordt neergelegd met de kolf naar zich toe en de loop van Joseki af.



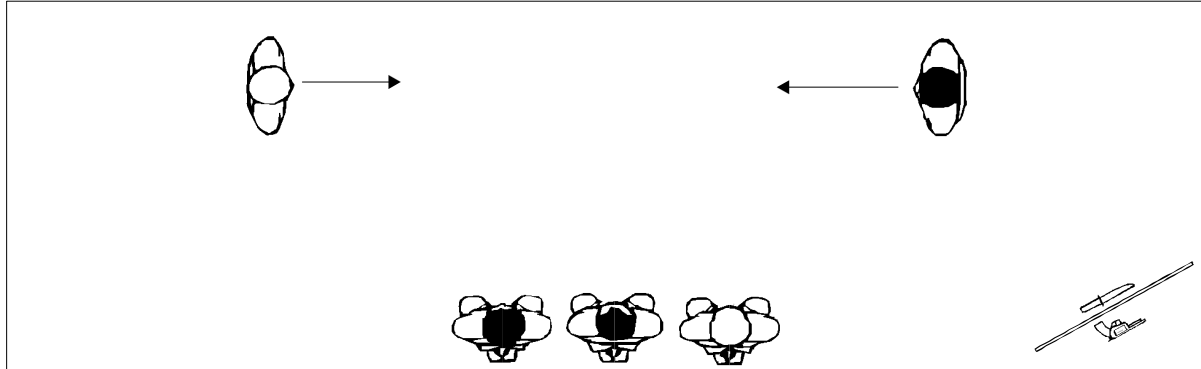
3. Uke komt vanuit Seiza tot stand (eerst rechts en dan links) en loopt vervolgens in Ayumi-Ashi terug naar zijn plaats tegenover Tori. De afstand bedraagt 6 meter. Beiden maken een ruime openingsspas, eerst links en dan rechts. De werkafstand bedraagt ± 4 meter. Tori en Uke zijn nu gereed om met de verdedigingen te beginnen.

¹ Daar waar in de beschrijvingen van verdedigingen de mannelijke vorm staat, wordt ook de vrouwelijke vorm bedoeld.

Eerste serie: pakkingen en omvattingen.

1. Ryote-Dori

Beginpositie:

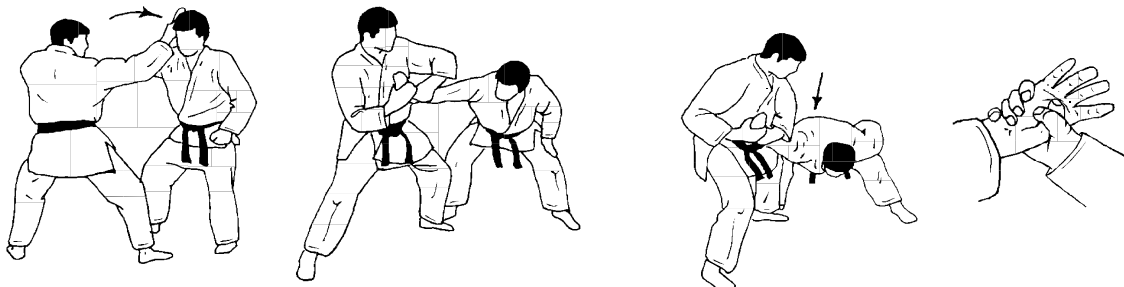


Aanval: Pakking aan beide polsen met kniestoot.

Uke en Tori lopen naar elkaar toe. Bij voldoende afstand stapt Uke links naar voren. Uke grijpt met beide handen de polsen van Tori en volgt onmiddellijk met een rechtse kniestoot naar het onderlichaam van Tori.



Verdediging: Shuto-Uchi, Kote-Mawashi, Waki-Gatame.

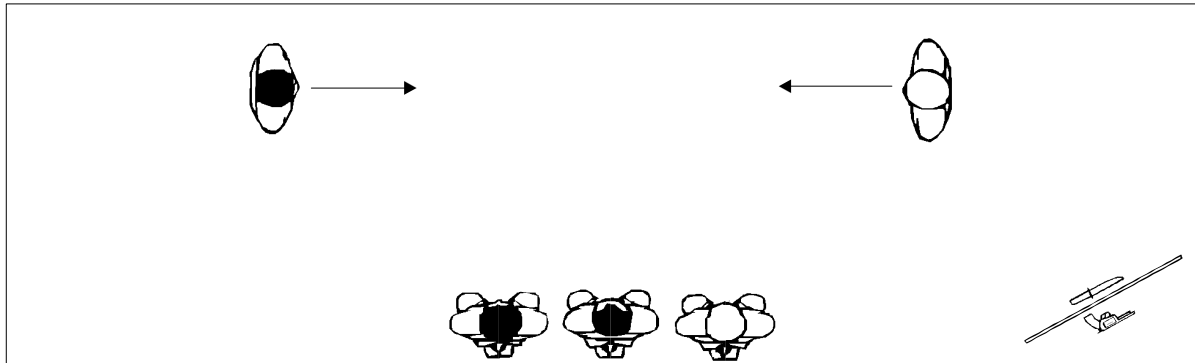


Tori ontwijkt de kniestoot door links naar achteren te stappen en bevrijdt via een rotatie zijn rechterpols. Tori volgt met een zijwaartse rechte handkantslag (Shuto-Uchi) naar de rechterslaap van Uke. Tori pakt met dezelfde hand de rechterpols (bovengreep) en maakt tegelijkertijd een ruime pas naar rechts, waarbij hij Uke mee naar voren trekt. Gelijktijdig met deze beweging verplaatst Tori zijn rechterhand van de pols en pakt de rechterpinkzijde en de duim-

muis van de hand. Om de greep van Uke te verzwakken wordt de duimmuis naar binnen geknepen. Vervolgens pakt Tori met zijn linkerhand de pols en duwt zijn linkerelleboog op de elleboog van Uke. Tori volgt met een binnenwaartse polsklem (Kote-Mawashi) gecombineerd met elleboogdruk op de gestrekte arm (Waki-Gatame). Tori en Uke wisselen van plaats.

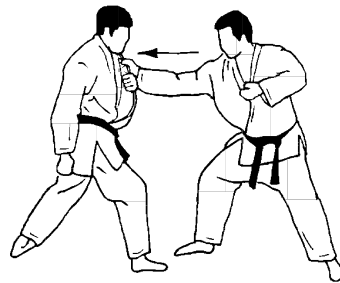
2. Hidari-Eri-Dori

Beginsituatie:

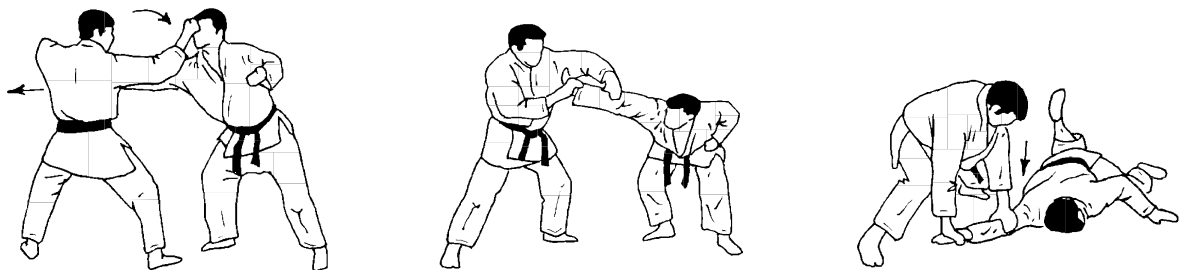


Aanval: Pakking aan de linkerrever, duwend.

Tori en Uke lopen naar elkaar toe. Bij voldoende afstand stapt Uke met zijn rechterschoen naar voren, pakt met zijn rechterhand de linkerrever en duwt Uke naar achteren.



Verdediging: Uraken-Uchi, Ude-Osae-Gatame.

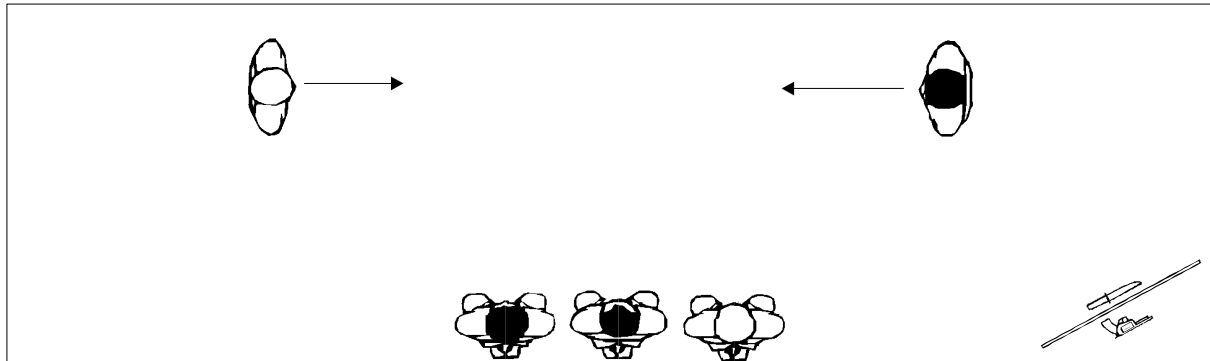


Tori pakt met zijn linkerhand onder de hand van Uke zijn eigen revers vast en maakt met zijn linkervoet een stap achterwaarts. Uke wordt hierdoor naar voren uit balans gebracht. Tori volgt met een neerwaartse vuistslag (Uraken-Uchi) recht op de neuswortel van Uke. Tori pakt vervolgens met zijn rechterhand de rechterpinkzijde en de duimmuis van de hand en duwt tegelijkertijd zijn linkerhand recht op de elleboog van Uke. Gelijktijdig met deze bewe-

ging maakt Tori met zijn rechterschoen een draai naar rechts, waarbij hij Uke naar voren uit balans trekt. Tori duwt nu de gestrekte arm naar de grond en brengt de arm van Uke boven de schouderlijn. Tori voert een gestrekte klem recht op Uke's elleboog uit (Ude-Osae-Gatame), waarbij hij met zijn linkerknie de schouder van Uke controleert en de pols van de mat heft. Tori en Uke wisselen van plaats.

3. Migi-Eri-Dori

Beginpositie:

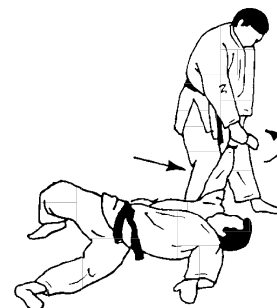
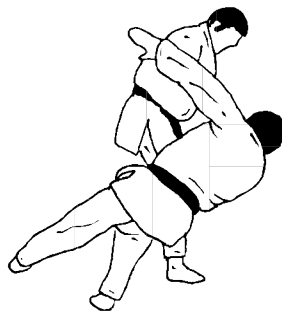


Aanval: Pakking aan de rechterrever, trekken

Tori en Uke lopen naar elkaar toe. Bij voldoende afstand stapt Uke rechts naar voren en pakt met zijn rechterhand de rechterrever van Tori (vingers in de rever). Uke stapt links naar achteren en trekt Tori naar zich toe.



Verdediging: Tsuki-Age, Kote-Gaeshi.

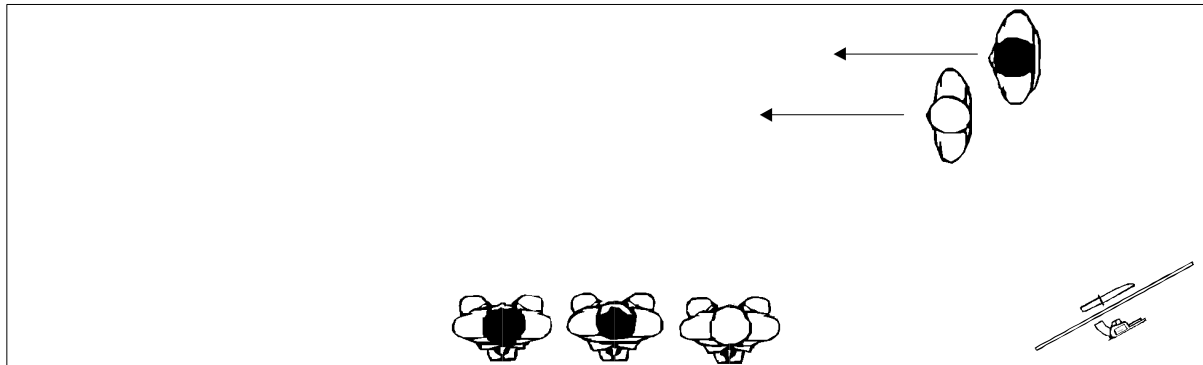


Tori gaat met de beweging mee, stapt rechts in en geeft een opwaartse stoot onder de kin van Uke (Tsuki-Age). Vervolgens pakt Tori met zijn linkerhand de rechterduimzijde van de hand (duim op de hand rug) en duwt dan zijn rechterhand plat tegen de pinkzijde van de hand. Tori maakt tegelijkertijd een snelle

draaipas naar links en brengt Uke met een buitenwaartse polsklem naar de grond (Kote-Gaeshi). Na de worp blijft Tori de pols naar buiten draaien en duwt zijn rechterknie tegen de gestrekte elleboog van Uke. Tori blijft staan en Uke loopt achter langs Tori en stelt zich diagonaal aan de rechterzijde van Tori op.

4. Kata-Ude-Dori

Beginpositie:



Aanval: Pakking van opzij aan de pols en elleboog.

Uke staat schuin rechts van Tori met zijn rechterschoet voor. Uke verrast Tori door met zijn rechterhand de pols en met zijn linkerhand de rechterelleboogpunt te pakken. Uke stuwt de elleboog van Tori omhoog en dwingt Tori naar voren te lopen. Beiden maken drie stappen naar voren (links - rechts - links).



Verdediging: Yoko-Geri, Waki-Hiji-Gatame.

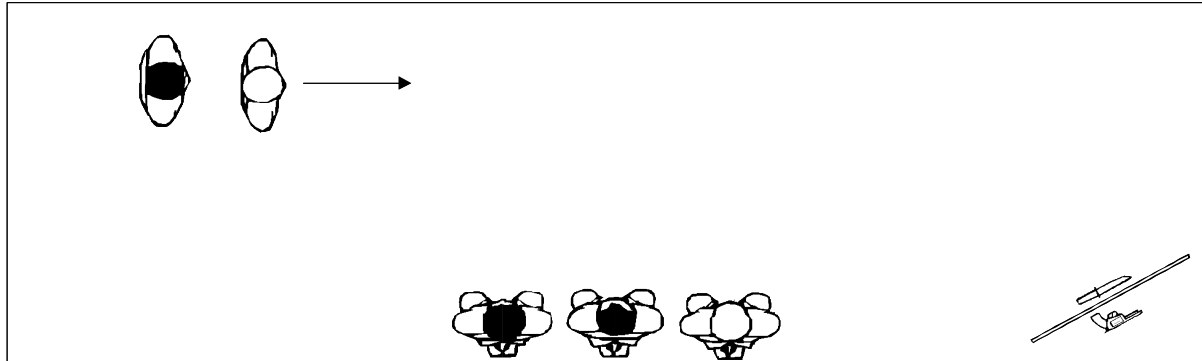


Bij de derde stap voert Tori met zijn rechterschoet een zijwaartse schop (Yoko-Geri) uit naar de linkerknie van Uke. Na de schop plaatst Tori dezelfde schoet recht naar voren en brengt Uke in een golfbeweging naar voren uit balans. Vervolgens maakt Tori een grote dubbeledraaipas naar voren, waarbij hij met zijn linkerhand de rechterpols van Uke pakt.

Gelijktijdig pakt Tori met zijn rechterhand de pink en duimmuis van de hand. Tori dwingt Uke met een binnenwaartse polsklem (Kote-Mawashi). Met behulp van zijn linkerarm controleert Tori Uke's rechterarm met Waki-Hiji-Gatame. Tori blijft staan en Uke loopt met een boog om Tori heen en stelt zich achter Tori op.

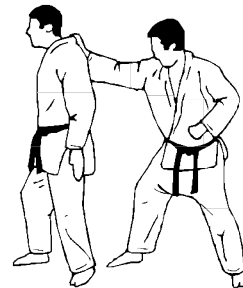
5. Ushiro-Eri-Dori

Beginpositie:

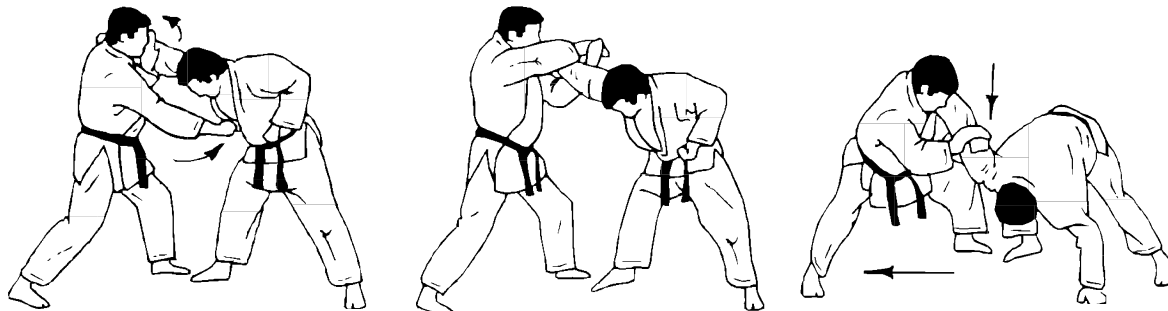


Aanval: Pakking van achteren in de kraag, getrokken.

Tori loopt een drietal passen naar voren, beginnend met zijn linkervoet en Uke volgt. Bij de derde pas grijpt Uke met zijn rechterhand de kraag en trekt Tori naar achteren. Tijdens het trekken stapt Uke met zijn linkerbeen naar achteren.



Verdediging: Gyaku-Tsuki, Hiji-Gatame.

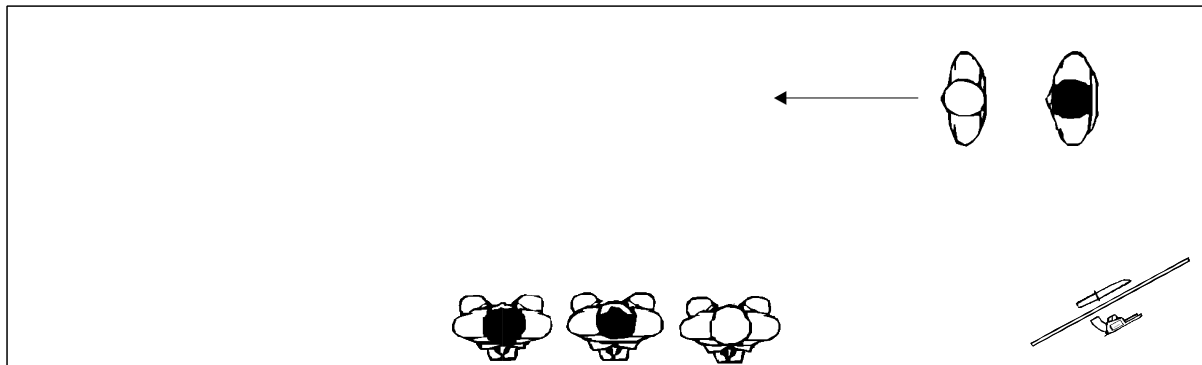


Tori verplaatst zijn linkervoet een kwartslag naar achteren en draait tegelijkertijd een halve slag op de bal van zijn rechtervoet, zodat hij tegenover Uke komt te staan. Om ruimte te maken, maakt Tori tegelijkertijd een hoge linkse armwering (Age-Uke) en volgt met een tegengestelde rechtervuiststoot (Gyaku-Tsuki) naar de maagstreek van Uke. Tori duwt de duimzijde van zijn linkerhand iets opzij tegen

Het ellebooggewricht en rolt de arm van Uke op naar binnen. Om te voorkomen dat Uke zijn arm terug gaat trekken, brengt Tori zijn linkerschouder omhoog en zet de arm van Uke tussen zijn schouder en hoofd vast. Tori plaatst zijn rechterhand bij op de rechterelleboog en slijpt vervolgens rechts, links naar achteren. Tori volgt met een gestrekte klem recht op het ellebooggewricht (Hiji-Gatame). Tori blijft staan en Uke stelt zich achter Tori op.

6. Ushiro-Jime

Beginpositie:

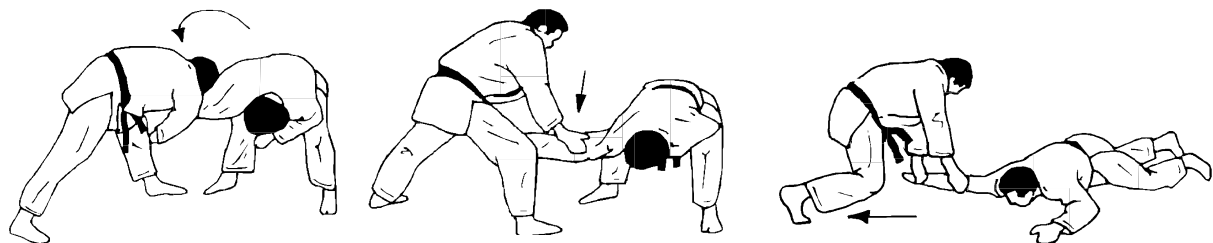


Aanval: Onderarmverwuring van achteren.

Tori loopt een drietal passen naar voren, beginnend met zijn linkervoet en Uke volgt. Bij derde pas pakt Uke met zijn linkerhand de linkerschouder en poogt met zijn rechteronderarm een achterwaartse verwuring aan te zetten (Ushiro-Hadaka-Jime). Tijdens het aanzetten stapt Uke met zijn linkerbeen naar achteren.



Verdediging: Gyaku-Ude-Osae-Gatame.

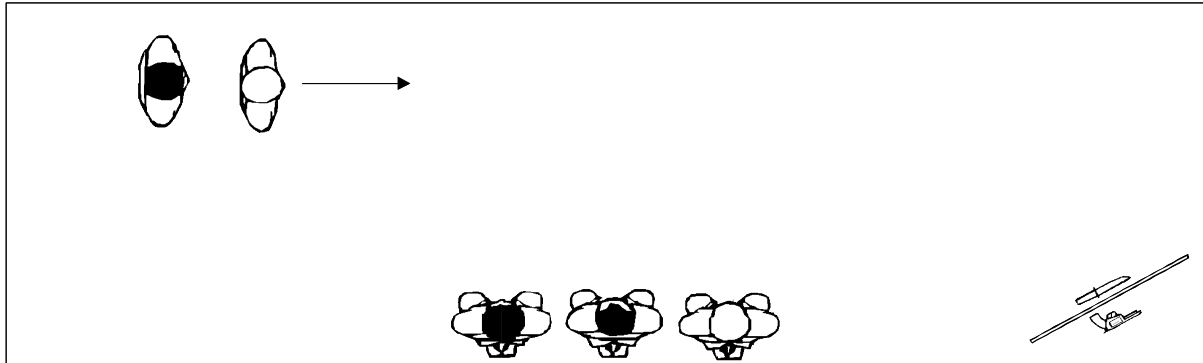


Om de aanval te verzwakken en ruimte te maken, pakt Tori met zijn beide handen de rechteronderarm van Uke. Tori trekt Uke's arm naar beneden. Gelijktijdig stapt Tori met zijn linkervoet naar achteren en pakt vervolgens met zijn linkerhand de pinkzijde van de hand. Tori draait daarna een halve slag op de bal van zijn rechtervoet naar links en duwt gelijktijdig met zijn rechterschouder recht op de

elleboog van Uke. Tori brengt vervolgens zijn rechterhand recht op het rechterellebooggewricht en duwt Tori in voorwaartse richting naar de grond. Tori eindigt met een arloverstrekking (Gyaku-Ude-Osae-Gatame), waarbij hij de gedraaide pols van Uke van de grond lift. Tori blijft staan en Uke stelt zich achter Tori op.

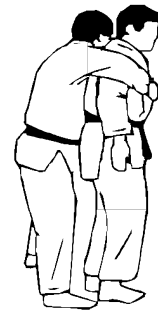
7. Kakae-Dori

Beginsituatie:

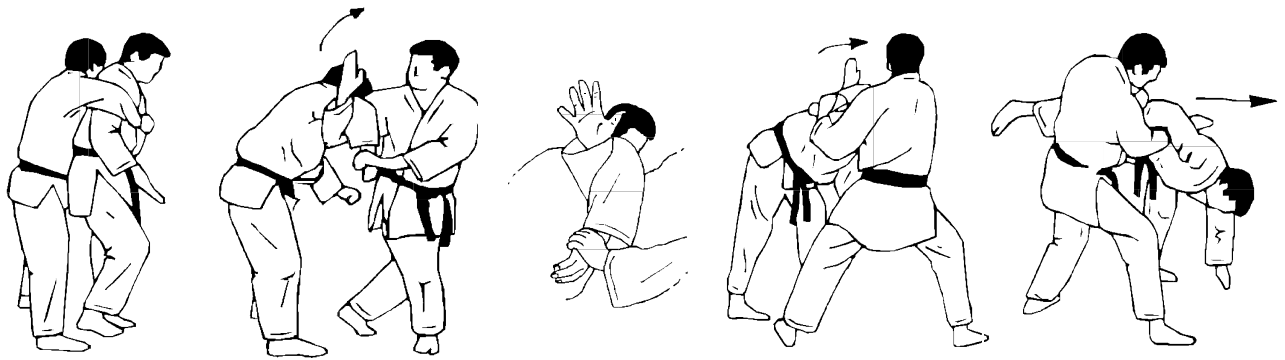


Aanval: Omvatting van achteren rond de schouders.

Tori loopt een drietal passen naar voren, beginnend met zijn linkervoet en Uke volgt. Bij de derde pas omvat Uke van achteren de bovenarmen van Tori.



Verdediging: Fumikomi-Kagato-Geri, Hiji-Otoshi.



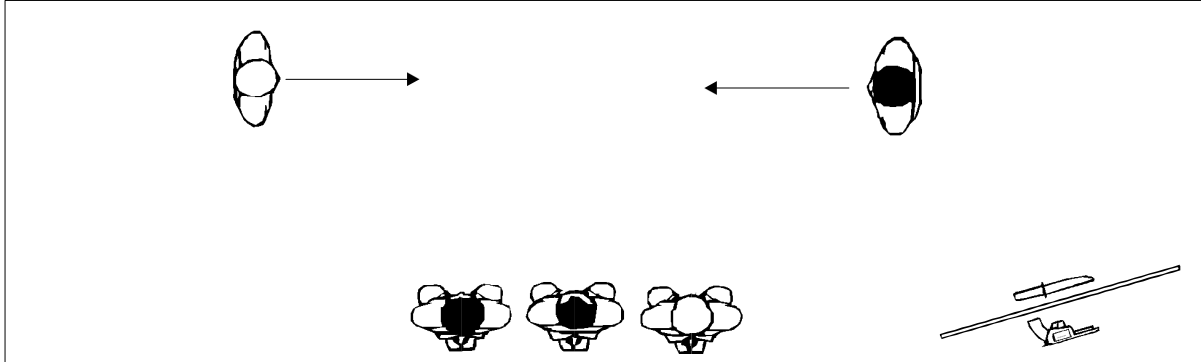
Op het moment dat Uke vastpakt, zakt Tori iets door de knieën en spreidt zijn beide armen uit. Tori volgt met een trap recht op de middenvoet van Uke (Fumi-Komi-Kagato-Geri). Vervolgens pakt Tori met zijn linkerhand de rechterpols van Uke en maakt tegelijkertijd met zijn rechtervoet een draaipas van 180 graden naar rechts en haakt vervolgens zijn rechterarm onderlangs in de elleboogholte van Uke. Tori

stuwt de gebogen onderarm omhoog. Door deze reactie staat Uke uit balans op de tenen. Tori stapt met zijn rechtervoet naar voren en werpt Uke aan zijn rechterarm met een armworp (Hiji-Otoshi). Tijdens de worp stapt Tori met zijn linkerbeen door. Na de worp staat Uke via zijn rechterknie op. Beiden gaan weer naar hun oorspronkelijk plaats.

Tweede serie: slagen, stoten en schoppen (Atemi-Waza).

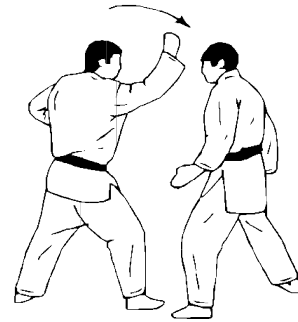
8. Naname-Uchi

Beginsituatie:



Aanval: Diagonale vuistslag naar de slaap.

Tori en Uke lopen naar elkaar toe. Bij voldoende afstand stapt Uke rechts naar voren en geeft een diagonale vuistslag (Tetsui) van buiten naar binnen tegen de linkerslaap van Tori.



Verdediging: Ago-Tsuki, greep aan het strottehoofd, O-Soto-Gari.

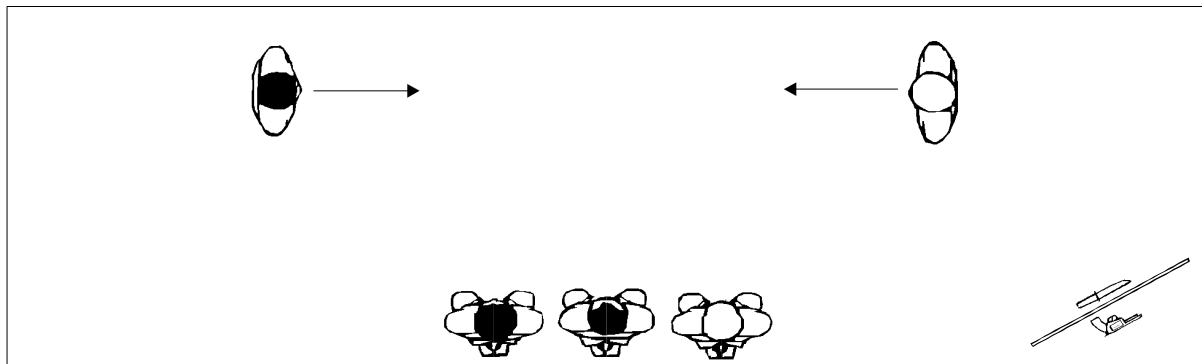


Tori ontwijkt de slag door met zijn rechervoet naar achteren te stappen (Tai-Sabaki). Tori pakt met de linkerhand de rechtermouw op ellebooghoogte en stuurt de arm van Uke met een zwaai naar binnen. Tori zet de arm van Uke trekkend naar beneden tegen de heup

vast en volgt dan tegelijkertijd met een opstoot onder de kin van Uke (Ura-Tsuki). Tori pakt met zijn vingers het strottehoofd vast en duwt Uke naar achteren uit balans en werpt met een beenworp (O-Soto-Gari). Tori en Uke wisselen van plaats.

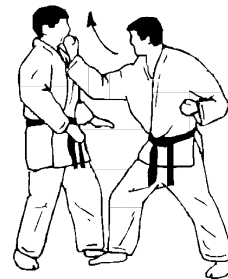
9. Ago-Tsuki

Beginsituatie:

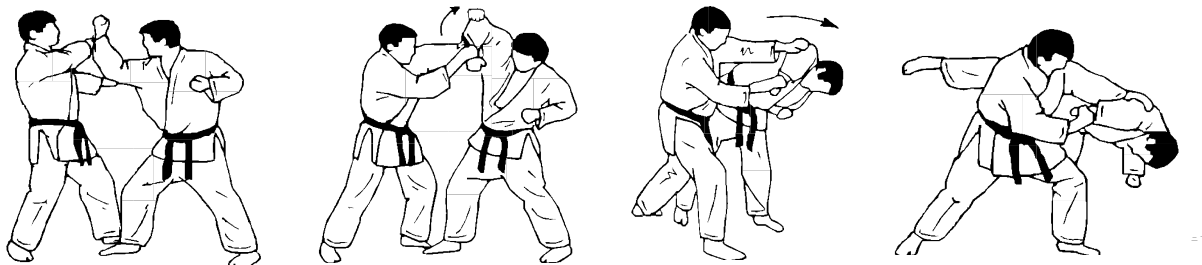


Aanval: Opstoot naar de kin.

Tori en Uke lopen naar elkaar toe. Bij voldoende afstand wacht Uke een fractie en geeft Uke een opstoot (Ago-Tsuki) onder de kin van Tori. Bij de aanval stapt Uke rechts naar voren



Verdediging: Hiji-Otoshi.

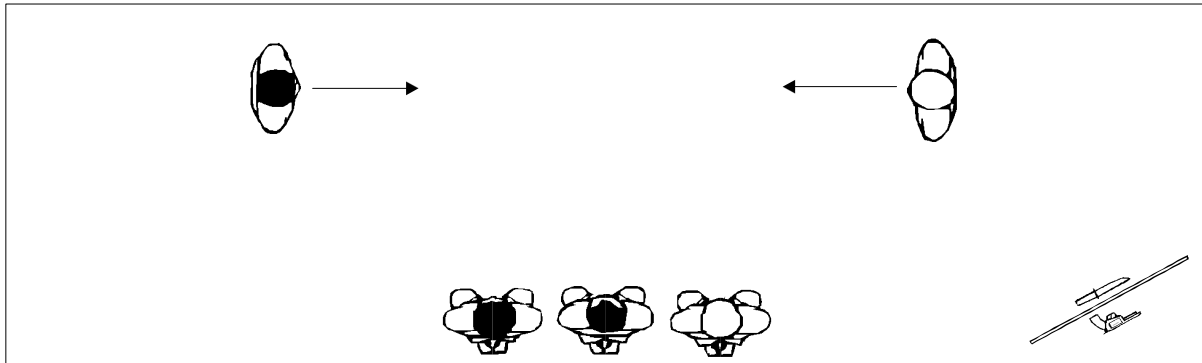


Om de opstoot te ontwijken, gaat Tori met zijn linkervoet een pas naar achteren. Hierbij brengt hij zijn rechteronderarm omhoog en pareert met een hoge wering (Age-Uke). Gelijktijdig pakt Tori met zijn rechterhand de rechterpols vast en omvat met de linkerhand Uke's rechterelleboog. Vervolgens duwt Tori

de elleboog van Uke boven zijn schouderlijn omhoog, terwijl hij de pols van Uke naar beneden trekt. Tegelijkertijd maakt Tori met zijn linkervoet een ruime stap naar voren en werpt Uke aan de gebogen elleboog naar voren (Hiji-Otoshi). Uke valt links over zijn schouder. Tori blijft staan.

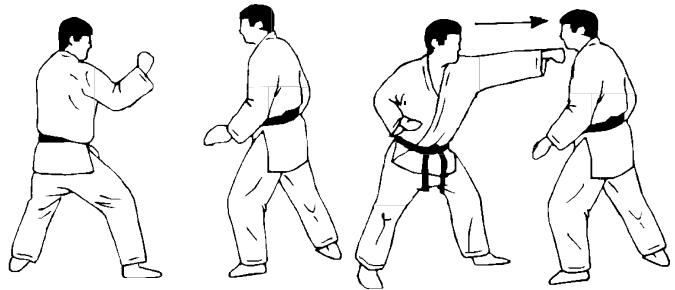
10. Ganmen-Tsuki

Beginsituatie:



Aanval: Linkervuiststoot naar het gezicht.

Tori en Uke lopen naar elkaar toe. Bij voldoende afstand neemt Uke een rechts dreigende houding aan en volgt onmiddellijk met een linkse stoot (Oi-Tsuki) naar het hoofd van Tori.



Verdediging: Oi-Tsuki, Ushiro-Hadaka-Jime.

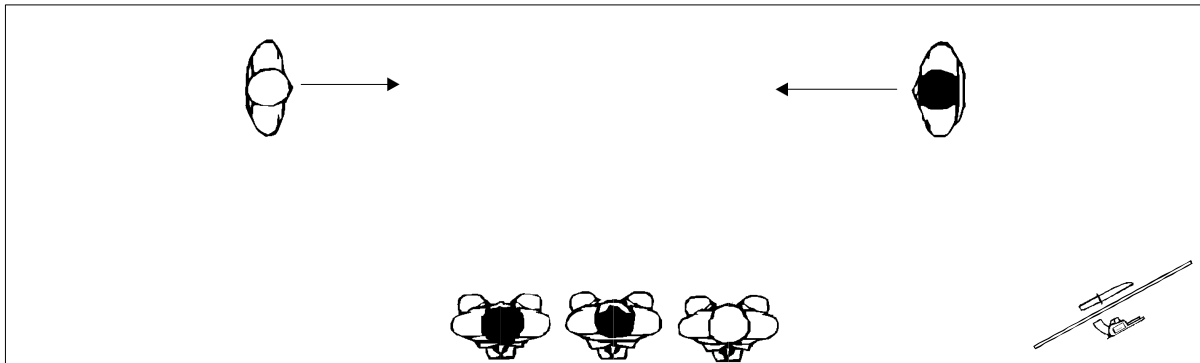


Tori ontwijkt de stoot met een uitvalspas naar rechts. Om het gezicht te beschermen, maakt Tori met zijn linkerarm een werende beweging. Tori volgt met een rechtervuiststoot (Tsuki) tegen de linkerszij van Uke. Gelijktijdig pakt Tori met zijn linkerhand de linkerschouder en verplaatst zich achter Uke. Tori trekt Uke achterwaarts uit balans en omvat met zijn rechterarm de keel. Hierbij pakt Tori zijn eigen

hand vast. Vervolgens stapt Tori met zijn linkervoet naar achteren en volgt met een achterwaartse wurging (Ushiro-Hadaka-Jime). Na opgave van Uke stapt Tori rechts opzij weg en laat Tori vallen. Uke maakt een achterwaartse val en staat via zijn linker knie weer op. Tori en Uke gaan naar hun oorspronkelijk plaats.

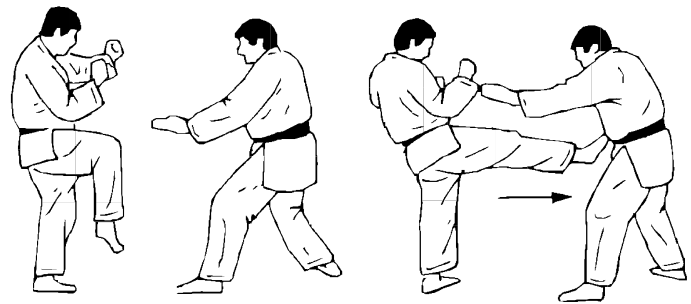
11. Mae-Geri

Beginsituatie:

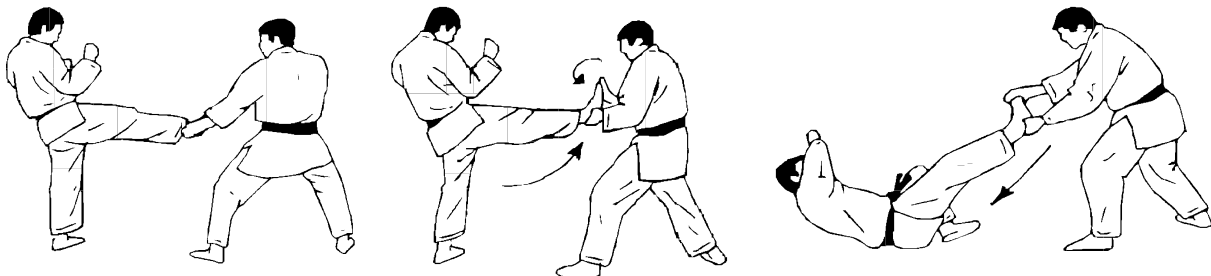


Aanval: Voorwaartse schop naar het onderlichaam.

kruis Tori en Uke lopen naar elkaar toe. Bij voldoende afstand wacht Uke een fractie en geeft met zijn rechterschoet een trap (Mae-Geri) naar het van Tori.



Verdediging: Age-Ashi-Dori.

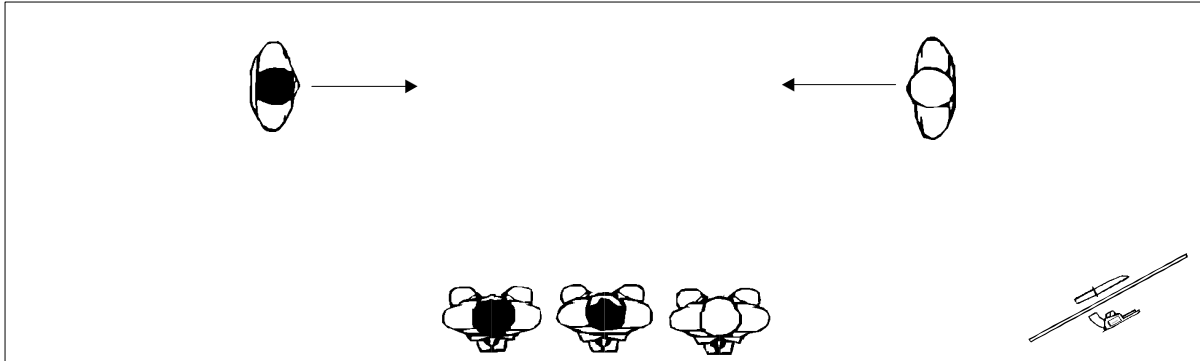


Tori ontwijkt de trap met een stap rechts naar achteren en maakt (Tai-Sabaki). Tori omvat met zijn linkerhand de enkel en met zijn rechterhand de bal van de voet (grote teen). Om het been van Uke te fixeren draait Tori de

voet van Uke links naar buiten. Tori heft het been van Uke omhoog en werpt Uke aan de voet naar achteren (Age-Ashi-Dori). Na de werptechniek passeren Tori en Uke elkaar.

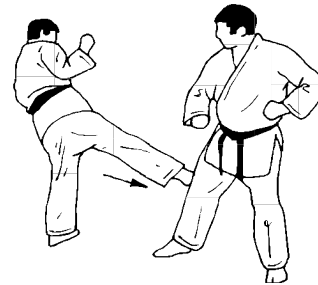
12. Yoko-Geri

Beginsituatie:

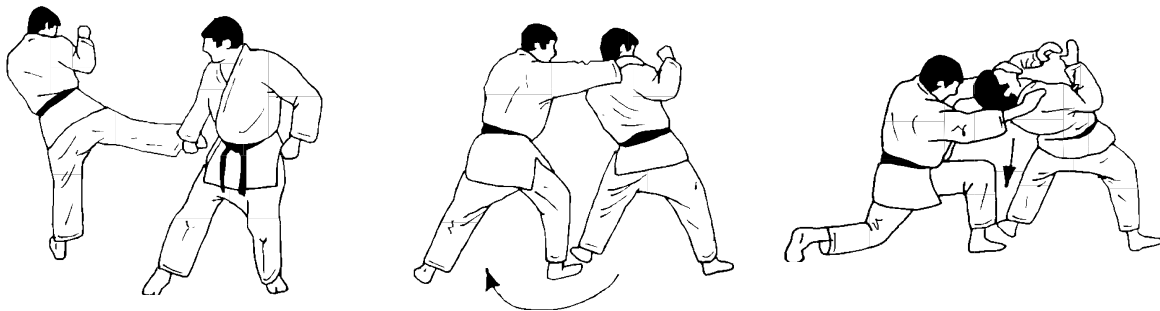


Aanval: Zijwaartse trap naar de heup.

Tori en Uke naderen elkaar op een afstand van $\pm 1\frac{1}{2}$ meter. Uke stap met zijn linkervoet schuin naar links en geeft met zijn rechervoet een zijwaartse trap (Yoko-Geri) tegen de rechterheup van Tori.



Verdediging: Gedan-Barai, Kiri-Otoshi.



Tori wijkt uit met een pas naar links en schuift zijn rechervoet bij. Gelijktijdig met deze beweging beweegt Tori zijn heup naar links. Vervolgens weert Tori de schop met een lage wering (Gadan-Barai) en drijft het been met zijn rechterarm naar binnen. Tori passeert Uke rechts, links en pakt de beide schouders. Gelijktijdig met deze beweging komt Tori op de linkerknie en trekt Uke krachtig achterover.

Tijdens de worp verplaatst Tori zijn rechterknie naar buiten zodanig dat Uke naast Tori valt. Tori werpt met Kiri-Otoshi. Tori en Uke wisselen van plaats.

Opmerking:
Om toch het destructieve element te accentueren, plaatst Tori na de worp zijn rechterknie weer terug.

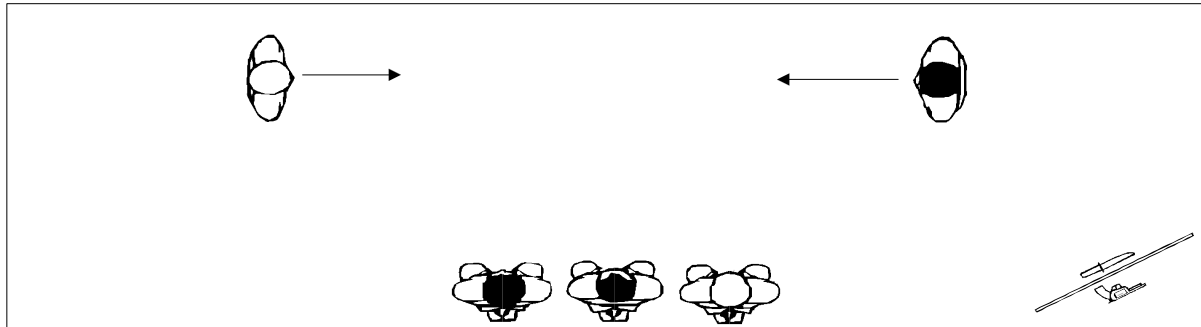
Derde serie: gewapende aanvallen (Bu-Ki-No-Bu) met de dolk (Tanto).

13. Tsukkake

Beginsituatie:

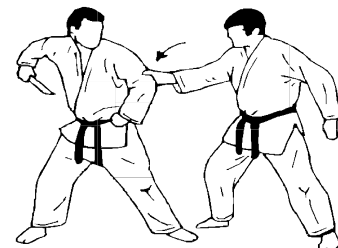
Uke en Tori staan op 4 meter afstand van elkaar. Uke loopt naar de wapens en knielt eerst op de linkerknie en dan op de rechterknie. Uke pakt de dolk en steekt deze in de linkerzijde van zijn kimono (Gi) onder de

band (Obi). Uke komt vervolgens in stand, eerst rechts, dan links en loopt dan naar zijn oorspronkelijke plaats tegenover Tori op een afstand van 4 meter.

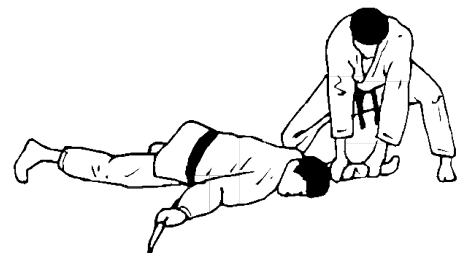
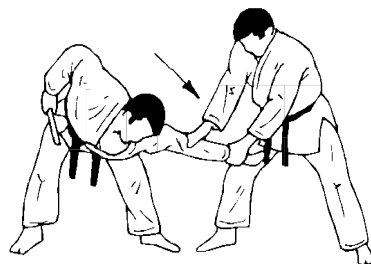


Aanval: Poging tot messteek.

Uke houdt met zijn linkerhand op de kimono de dolkschede vast. Tori en Uke lopen naar elkaar toe. Bij voldoende afstand stapt Uke met zijn rechterbeen naar achteren. Uke die het mes in zijn rechterhand heeft tracht naar de buik van Tori te steken. Tijdens die poging brengt Uke zijn gebogen linkerelleboog enigszins naar voren.



Verdediging: Taisho-Uchi, Osae-Ude-Gatame

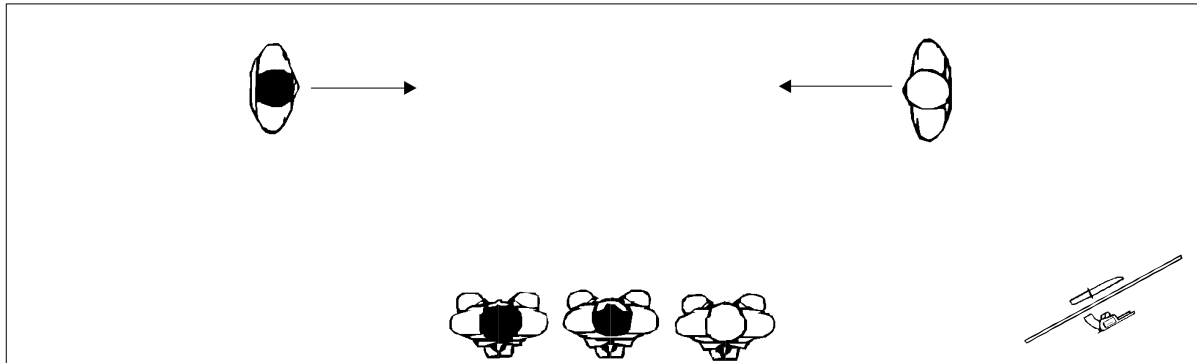


Tori voorziet de aanval en stapt onmiddellijk rechts naar voren en maakt een linkse lichaamsdraai (Tai-Sabaki). Vervolgens pakt Tori met zijn rechterhand Uke's linkerelleboog (duim omhoog) en duwt de arm naar binnen. Om Uke te choqueren, slaat Tori gelijktijdig met zijn linker handpalm (Teisho) in de richting van het gelaat (ogen). Vervolgens pakt Tori met zijn linkerhand de linkerpols en duwt tegelijkertijd met zijn rechterhand (vingers boven) Uke's elleboog omhoog. Tori maakt

tegelijkertijd een korte slippas naar achteren en duwt vervolgens de linkerarm van Uke met neerwaartse elleboogdruk naar de grond. Vervolgens plaatst Tori zijn rechervoet tegen de oksel en schuift de arm van Uke boven de schouderlijn. Tori voert een gestrekte klem uit door een neerwaartse hand-elleboogdruk en heft de pols van Uke omhoog (Ude-Osae-Gatame). Uke steekt de dolk terug in de schede. Tori en Uke wisselen van plaats.

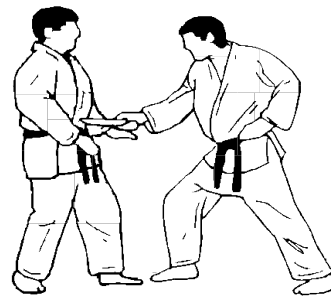
14. Choku-Tsuki

Beginsituatie:

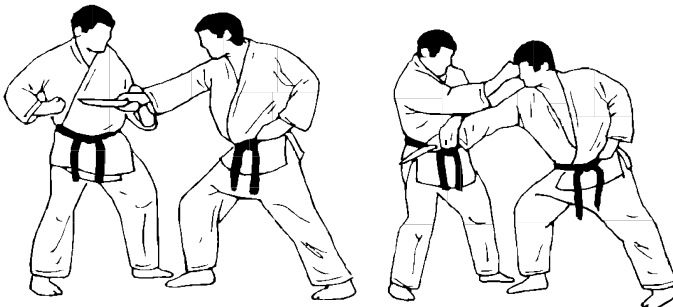


Aanval: Messteek naar het onderlichaam

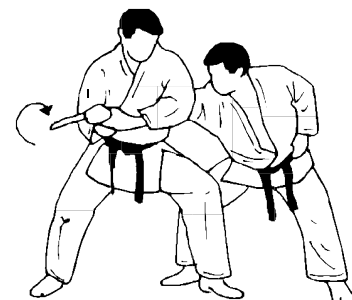
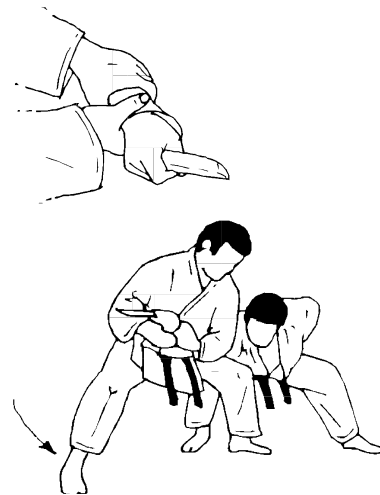
Uke draagt de dolk aan de linkerbuitenzijde van zijn band (Obi). Tori en Uke naderen elkaar. Bij voldoende afstand trekt Uke de dolk uit de schede en maakt met zijn rechtervoet een uitvalspas naar voren. Uke steekt naar de buik van Tori.



Verdediging: Gyaku-Tsuki, Wake-Gatame.

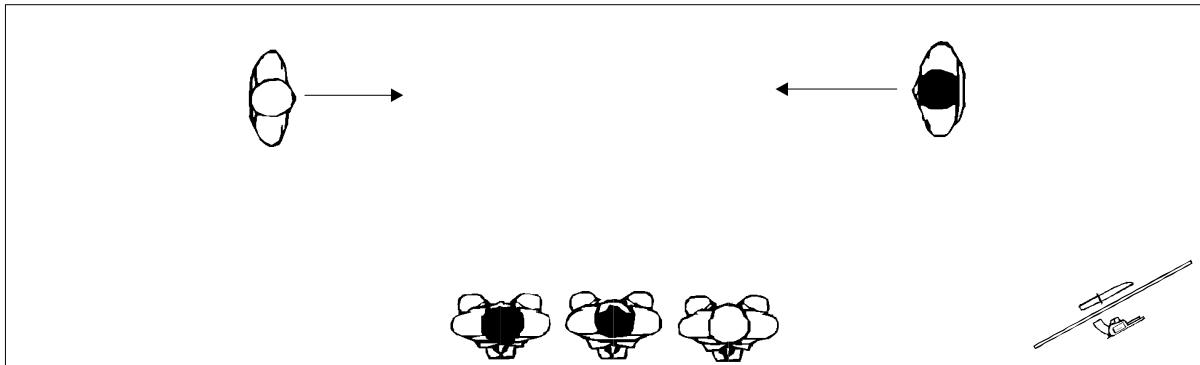


Tori ontwijkt de steek door links, rechts opzij te stappen (Tai-Sabaki). Tori weert en pakt gelijktijdig met zijn linkerhand (vingers boven) de rechterpols van Uke. Tori voert gelijktijdig met zijn rechtervuist een tegenstoot (Gyaku-Tsuki) uit naar het gezicht van Uke. Zonder onderbreking grijpt Tori met zijn rechterhand de pinkzijde van de hand en draait de pinkzijde van de hand omhoog. Tori verplaatst zich naar voren en neemt de arm van Uke onder zijn oksel mee. Tori eindigt met een gecombineerde polsklem (Kote Mawashi en armdruk via zijn oksel op de elleboog van Uke (Wake Gatame). Uke steekt de dolk terug in de schede. Tori en Uke wisselen van plaats.



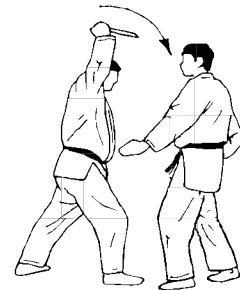
15. Naname-Tsuki

Beginsituatie:

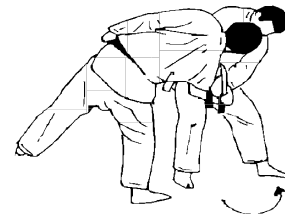
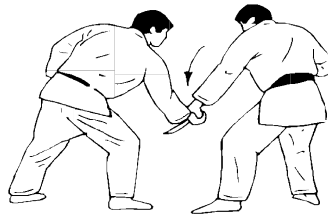
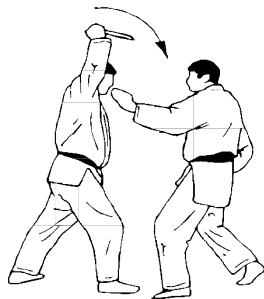


Aanval: Diagonale messteek naar de hals.

Uke heeft het mes achter zijn rug. Het scherp van de dolk is naar de pinkzijde gekeerd. Tori en Uke naderen elkaar. Bij voldoende afstand stapt Uke rechts naar voren en steekt (Naname-Tsuki) schuin van boven naar de linkerkant van Tori's hals.



Verdediging: Kote-Gaeshi.



Tori ontwijkt de messteek door rechts naar achteren te stappen en zijn lichaam naar rechts mee te draaien (Tai-Sabaki). Vervolgens pakt Tori met zijn linkerhand de rechter duimzijde van de hand (duim op de handrug) en dwingt de arm van Uke naar beneden. Vervolgens pakt Tori met zijn rechterhand onderlangs de pinkzijde van de hand van Uke en maakt tegelijkertijd een ruime dubbelpasdraai achterom (Tenkan-Ashi). Vervolgens voert Tori met twee handen een buitenwaartse polsdraai (Kote-Gaeshi) uit. Na

de worp plaatst Tori zijn rechterknie in de oksel van Uke en pakt met zijn rechterhand onderlangs de pols. Vervolgens trekt Tori de handrug van Uke over de mat tot een gebogen klem (Ude-Garami). Tori ontwapent Uke en beiden gaan staan. Tori geeft de dolk met twee handen terug aan Uke. Tori blijft staan en Uke loopt naar de plaats waar de wapens liggen en knielt vervolgens links, rechts. Uke legt het mes op zijn oorspronkelijke plaats terug en neemt de stok in zijn rechterhand.

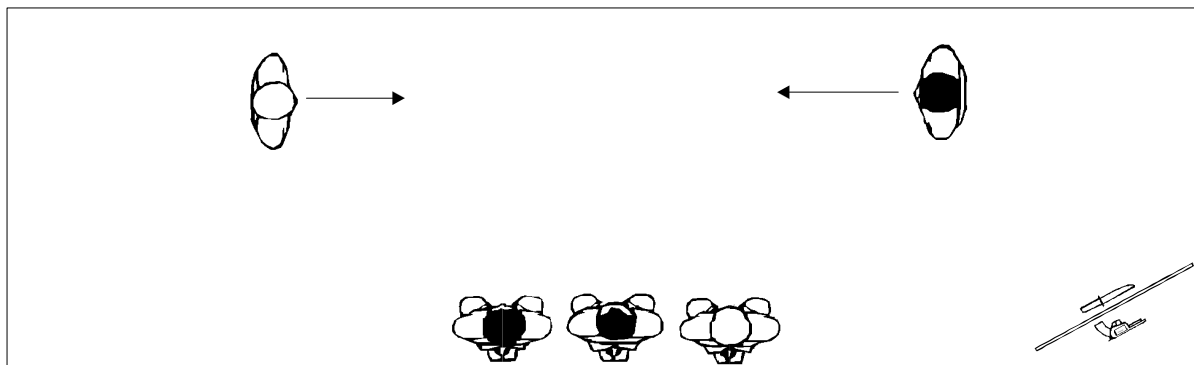
Vierde serie: stokaanvallen.

16. Furi-Age

Beginsituatie:

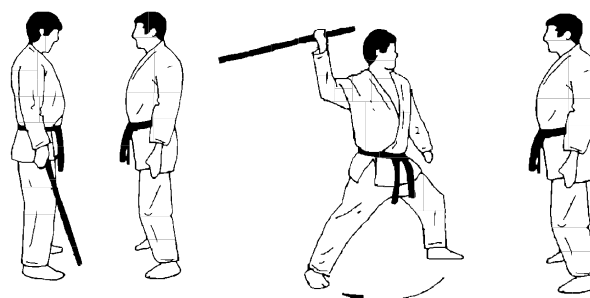
Uke gaat staan, eerst rechts dan links en draagt de stok op de rechterzijde van de heup. Uke loopt met het uiteinde van de stok naar

beneden gericht terug naar Tori op een afstand van 4 meter.

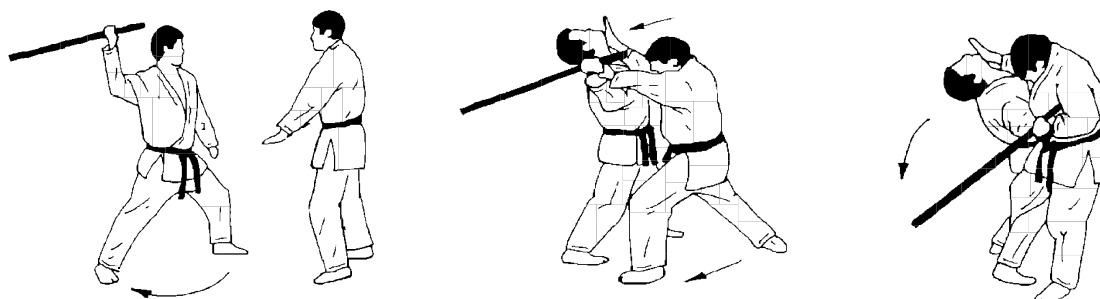


Aanval: Poging tot slaan.

Tori en Uke naderen elkaar. Bij voldoende afstand wacht Uke een fractie en stapt om ruimte te maken rechts naar achteren. Gelijktijdig zwaait Uke de stok rechts met één hand omhoog (Furi-Age) met de bedoeling Tori op het hoofd te slaan.



Verdediging: Age-Uke, Teisho Tsuki, O-Soto-Gari.

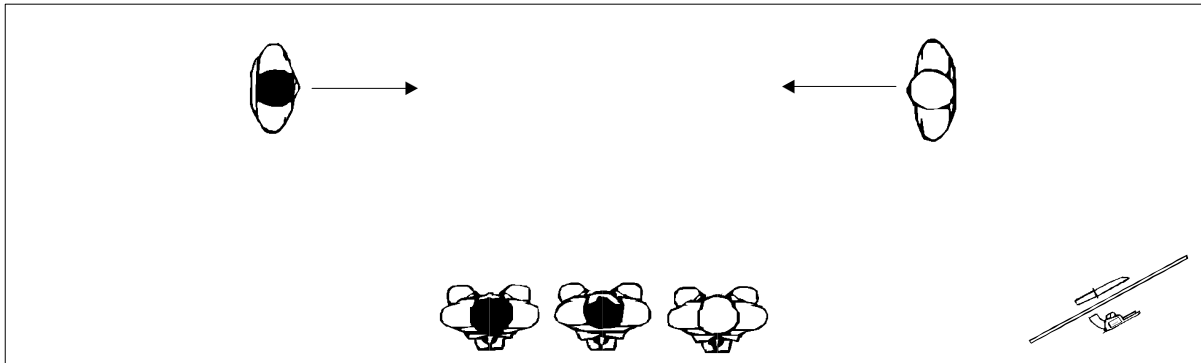


Tori voorkomt de bedoeling en maakt met zijn linkervoet een grote uitvalspas naar voren en blokkeert vervolgens met een opwaartse wering (Age-Uke) naar de Uke's slagarm. Tegelijkertijd voert Tori een handpalmstoot (Teisho-Tsuki) uit naar het gezicht van Uke. Door deze reactie wordt Uke achterwaarts uit

balans gebracht. Tori verplaatst nu zijn rechterhand op de linkerschouder en werpt Uke met een beenworp (O-Soto-Gari). Na de worp controleert Tori de arm van Uke en stapt vervolgens naar achteren. Tori neemt een allerte houding aan. Tori en Uke wisselen van plaats.

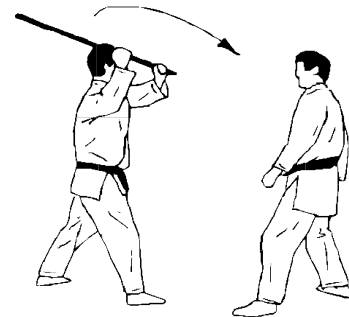
17. Furi-Oroshi

Beginsituatie:

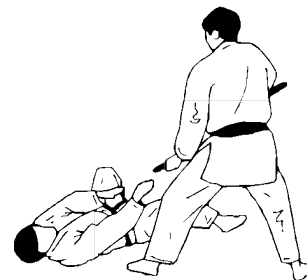
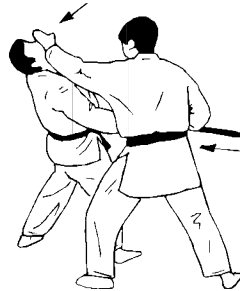
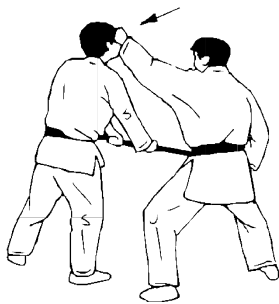


Aanval: Diagonale stokslag met twee handen.

Uke draagt de stok naar beneden gericht aan de rechterzijde van de heup. Tori en Uke naderen elkaar. Bij voldoende afstand stapt Uke links, rechts naar voren waarbij hij met zijn beide handen de stok schuins aan zijn rechterzijde omhoog heft. Uke volgt met een zijwaartse cirkelvormige slag naar de linkerslaap van Tori.



Verdediging: Tetsui-Uchi, Shuto.

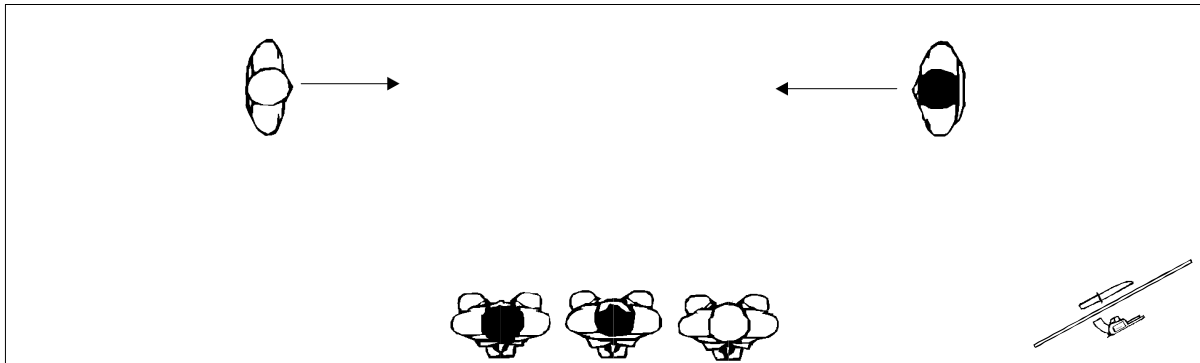


Tori ontwijkt de slag door met zijn linkervoet naar voren te stappen en onder de slag door te slippen. Tori volgt met een linkse zijwaartse vuistslag, pinkzijde (Tetsui-Uchi), tussen de ogen. Vervolgens brengt Tori Uke naar de grond met een handkantdruk (Shuto-Uchi) tussen de ogen. Daarbij beweegt Tori met

schuifpasjes (Tsugi-Ashi) in voorwaartse richting. Tijdens de worp pakt Tori met zijn rechterhand de stok van Uke af en neemt een allerte houding aan. Tori geeft de stok met twee handen in horizontale stand terug aan Uke. Tori en Uke wisselen van plaats.

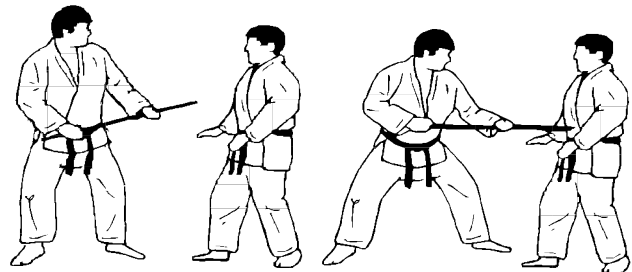
18. Morote-Tsuki

Beginsituatie:

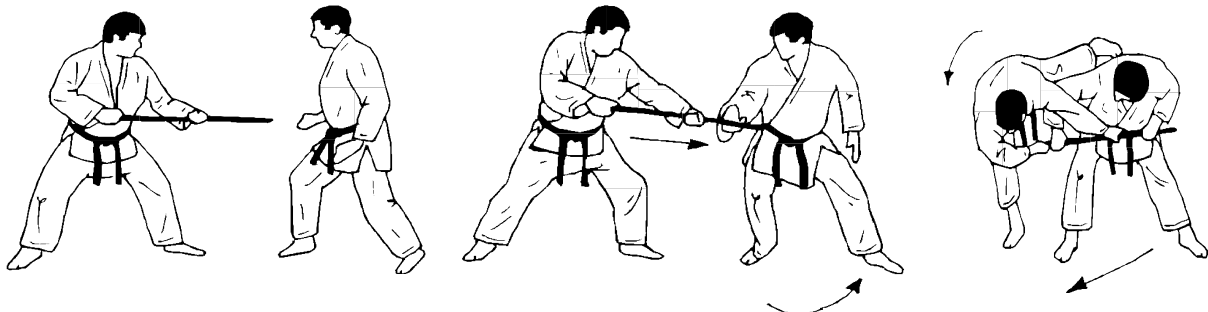


Aanval: stoksteek naar de maagstreek.

Uke draagt de stok naar beneden gericht aan de rechterzijde van de heup. Tori en Uke naderen elkaar. Bij voldoende afstand neemt Uke met de linkerhand de voorzijde en met de rechterhand de achterzijde van de stok. Uke stapt met zijn linkerbeen naar voren en verplaatst zich links voorwaarts in (Tsugi-Ashi) en haalt uit met een stoksteek naar de solar plexus van Tori.



Verdediging: Werpstechniek aan de armen.



Tori verplaatst zijn linkervoet schuin rechts naar achteren en draait zijn lichaam weg (Tai-Sabaki). Tegelijkertijd weert Tori met zijn rechterhandpalm de stok en pakt vervolgens met zijn linkerhand de stok aan de bovenzijde vast. Gelijktijdig met deze beweging maakt Tori met zijn linkervoet een kruispas naar voren en pakt met zijn rechterhand de stok gekruist tussen de handen van Uke in vast. Gelijktijdig duwt Tori zijn rechterbovenarm tegen de gestrekte

arm van Uke. Vervolgens maakt Tori met zijn rechervoet een ruime pas naar voren tegen de geblokkeerde elleboog. Tori werpt Uke over de stok heen en behoudt de stok. Na de worp blijft Tori waakzaam met het uiteinde van de stok op Uke gericht. Tori geeft de stok in horizontale stand terug aan Uke. Tori blijft op zijn plaats staan en Uke loopt terug naar de wapens.

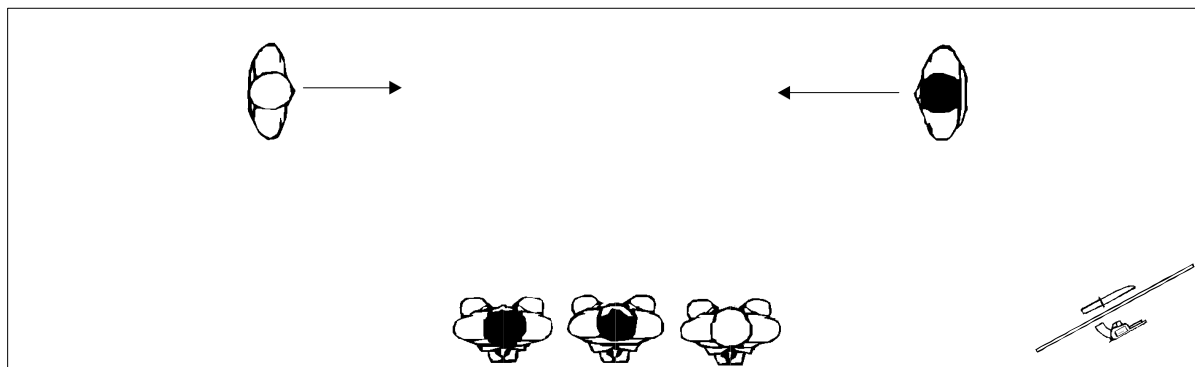
Vijfde serie: bedreiging met een revolver/pistool.

19. Shomen Tsuki

Beginsituatie:

Uke knielt links, rechts en legt de stok terug op zijn oorspronkelijke plaats. Uke pakt het pistool/revolver en verbergt het wapen in de linkerzijde van zijn kimono (Gi), onder de band

(Obi). Uke komt vervolgens in stand, eerst, rechts en dan links en loopt naar zijn oorspronkelijke plaats tegenover Tori op een afstand van 4 meter.



Aanval: revolver/pistool bedreiging voor, tegen de buik.

Bij voldoende afstand ± 1 meter haalt Uke met zijn rechterhand het wapen tevoorschijn en richt het op Tori's solar plexus. Tori steekt langzaam zijn handen omhoog. Uke stapt links naar voren en maakt met zijn linkerhand een fouilleerbeweging ter hoogte van Tori's rechterheup.



Verdediging: Het wapen uit de hand wrikken.

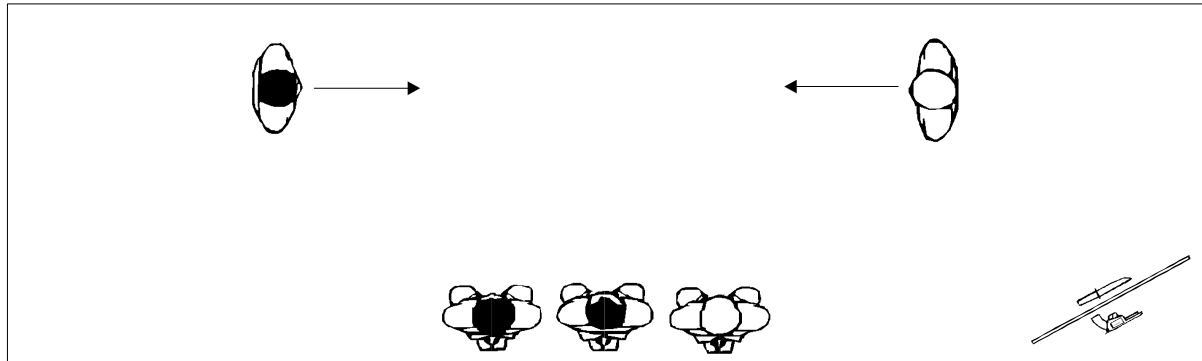


Tijdens het fouilleren grijpt Tori met zijn rechterhand de rechterpols van Uke en duwt het wapen naar beneden. Gelijktijdig pakt Tori met zijn linkerhand de loop van het wapen vast en maakt een invalspas links naar voren. Al lopende links, rechts, wrikt Tori met een

trekkende beweging het wapen uit de hand van Uke. Na de ontwapening richt Tori het wapen op Uke. Tori geeft het wapen met twee handen terug aan Uke. Tori en Uke wisselen van plaats.

20. Koshi-Gamae

Beginsituatie:



Aanval: revolver/pistool bedreiging, vanuit de heup.

Tori en Uke hebben hun positie weer ingenomen. Ze lopen naar elkaar toe. Op ± 2 meter afstand haalt Uke het handwapen met zijn rechterhand uit de Gi tevoorschijn en richt het wapen vanuit zijn rechterheup op Tori. Op het moment dat Tori zijn armen omhoog brengt, stapt Uke met zijn linkerbeen naar voren en maakt met zijn linkerhand een fouilleerbeweging ter hoogte van Tori's rechterheup.



Verdediging: (Kuzure-Kote-Gaeshi).

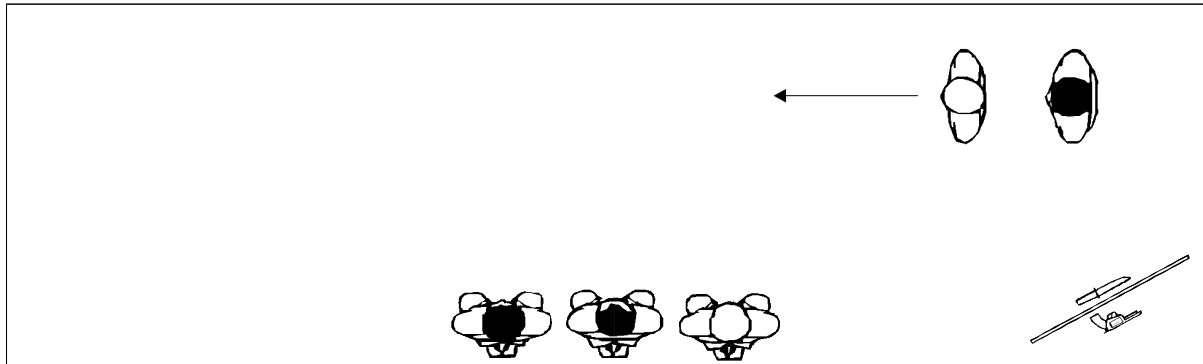


Tori verplaatst zijn linkervoet voorwaarts naar links en grijpt met zijn rechterhand (duim naar de binnenzijde gekeerd) het wapen van boven vast en duwt het wapen van zich af. Tegelijkertijd pakt Tori met zijn linkerhand van onderen de loop van het wapen vast en wrikt het wapen vóór Uke langs uit de hand van

Uke. Tori heeft het wapen met twee handen vast en volgt met een zijwaartse kolfslag naar de lin-ker slaap van Uke. Tori blijft waakzaam met het wapen op Uke gericht. Vervolgens geeft Tori het wapen met twee handen terug aan Uke. Tori blijft staan en Uke stelt zich achter Tori op.

21. Haimen-Tsuki

Beginsituatie

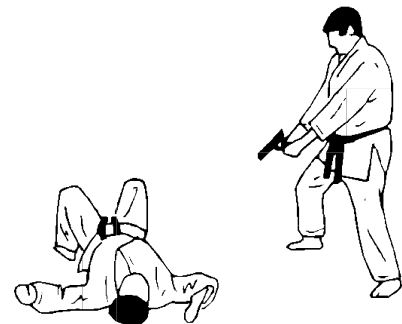
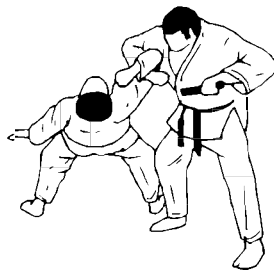
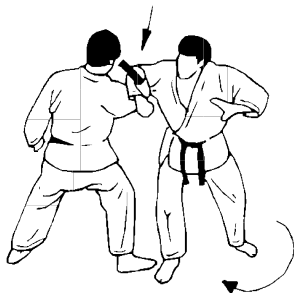


Aanval: revolver/pistool bedreiging van achteren, hoog tegen de rug.

Tori loopt naar voren en Uke volgt. Na twee passen trekt Uke het wapen en drukt deze met de loop "hoog" in de rug van Tori, (de rechtervoet van Uke staat hierbij voor). Uke roept: "handen omhoog" of *Téja-Gir.i* Tori geeft hier gevolg aan en steekt zijn armen langzaam omhoog. Uke maakt gelijktijdig met zijn linkerhand een fouilleerbeweging ter hoogte van Tori's linkerheup.



Verdediging: Ontwapenen



Op het moment dat Tori de fouilleerbeweging voelt, draait hij zich snel naar rechts (*Tai-Sabaki*). Tegelijkertijd haakt en slaat Tori zijn rechterarm onderlangs in de elleboogholte en zet de gebogen arm van Uke vast tegen zijn schouder. Vervolgens pakt Tori met zijn linkerhand het wapen bij de loop vast en dwingt Uke via de vastgehaakte elleboog naar

de grond. Gelijktijdig met deze beweging wrikt Tori het wapen uit de hand van Uke. Tori stapt naar achteren en blijft waakzaam met het wapen op Uke gericht. Tori geeft het wapen met beide handen terug aan Uke. Uke stopt het wapen weg aan de binnenzijde van zijn *Gi*. Beiden nemen hun oorspronkelijke posities in.

Afsluitingsceremonie

Uke draait een halve slag naar links en loopt naar de plaats waar de wapens liggen. Uke knielt links dan rechts in Seiza en legt het pistool met de loop van de Joseki af terug op zijn plaats. Beiden brengen hun kleding in orde. Vervolgens neemt Uke de wapens op, te beginnen met het pistool, welke hij in de linkerzijde van zijn band (Obi) onder zijn kimono (Gi) stopt. Daarna pakt hij de stok en de dolk in zijn rechterhand. De dolk wordt aan de binnenzijde van de stok gedragen. Uke komt in stand eerst rechts dan links en loopt naar zijn oorspronkelijke positie tegenover Tori. De afstand bedraagt 4 meter. Beiden maken een sluitingspas rechts links naar achteren. De afstand bedraagt weer 6 meter. Beide groeten elkaar staande en draaien vervolgens in de richting van de Joseki en maken eveneens een staande groet (Ritsu-Rei).

Tori en Uke lopen terug naar de rand van de mat, draaien zich om en maken een eindgroet.

Opmerking m.b.t. de wapens en de wapenwet.

Het pistool of de revolver is in de zin van de wapenwet een verboden wapen. Ook wapens die lijken op echte vuurwapens (look alike) zijn door de Nederlandse wetgeving verboden. Er mogen bij de uitvoering van het kata dan ook alleen (slechte) imitaties worden gebruikt. Ook het mes (Tanto) geldt in de uitvoering zoals hij wordt gebruikt als verboden wapen. De wetgever heeft hier echter een uitzondering gemaakt en bepaalt dat een dergelijk wapen wel in een dojo voor traditionele verdedigingsvormen gebruikt mag worden. Dit wapen moet bij transport echter goed zijn ingepakt zodat het niet mogelijk is dit wapen snel voorhanden te hebben.