

# Chanbara Kodachi no kata Choken no kata

Le kata est la synthèse des techniques. Une série est constituée de figures évoquant les scènes de combat. Par la répétition de la pratique du kata, les élèves apprennent la distance, les opportunités, les déplacements et le maniement de l'arme.

Uchidachi : Celui qui prends l'initiative d'attaquer sont cri est « yah ».

Shidachi : Celui qui contre attaque sont cri est « toh », il suit le rythme d'uchidachi.

## Kodachi no kata :

<b>uchidachi</b>	<b>shidachi</b>
salut	salut
<p style="text-align: center;"><b>(1) Ippon me :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chudan no kamae.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Tsuki au niveau suigetsu (plexus) en avançant d'un pas glisser okuri ashi.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>(1) Ippon me :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chudan no kamae.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- kote en ogui uchi ( de gauche a droite) en reculant d'un pas glisser okuri ashi.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>(2) Nihon me :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Descendre le sabre en Gedan no kamae.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Tsuki remontant au niveau suigetsu (plexus) en avançant d'un pas glisser okuri ashi.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>(2) Nihon me :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chudan no kamae.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Kote uchi en osae uchi ( de haut en bas) en se déplaçant de droite à gauche en hiraki ashi. Une fois la coupe réaliser remonter le kodachi le long du bras d'uchidachi et menace au niveau du visage.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b><u>(3) Sanbon me :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chudan no kamae.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Faire deux tsuki sur deux pas okuri ashi en un seul cri.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae en faisant 3 pas ayumi ashi.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b><u>(3) Sanbon me :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chudan no kamae.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Deux coupes kote en mawashi uchi (coupe circulaire) en reculant un peu sur la gauche.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae en faisant 3 pas ayumi ashi.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>(4) Yonhon me :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Monter le sabre en jodan no kamae.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Men en avançant okuri ashi.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b><u>(4) Yonhon me :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chudan no kamae en remontant légèrement la pointe en menace du bras droit d'uchidachi.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Hidari men uchi en faisant hiraki ashi vers la droite.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>(5) Gohon me :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Monter le sabre en jodan no kamae.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Men en avançant okuri ashi.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b><u>5) Gohon me :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chudan no kamae en remontant légèrement la pointe en menace du bras droit d'uchidachi.</li> <li>- 3 pas en avant en ayumi ashi en commençant jambe droite.</li> <li>- Ashi uchi en sukui uchi (coup en cuillère) sur le tibia en se déplaçant sur la gauche. Menacer le visage d'uchidachi.</li> <li>- Revenir au centre en chudan no kamae.</li> <li>- Casser la garde et reculer en faisant 5 pas ayumi ashi en commençant par la jambe gauche.</li> <li>- Remonter le sabre en chudan no kamae avec zanshin.</li> </ul>
<p><b>Rengainer+ salut</b></p>	<p><b>Rengainer+salut</b></p>