



COMPETIÇÃO DE KATA

Critérios para Avaliação

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE JUDÔ
COMISSÃO DE KATA
Janeiro 2022

Em vermelho – alterações em relação à versão anterior



Traduzido por Alexandre Nardi, PhD – judokatateam@outlook.com

ELEMENTOS GERAIS

A avaliação de cada técnica de kata tem que considerar o princípio e a oportunidade de execução: a avaliação (incluindo as cerimônias de abertura e encerramento) tem que ser abrangente.

A convite do juiz central, Tori e Uke avançam pela zona de segurança ao longo da área de competição. Eles se movem em direção ao eixo do kata (não avaliado).

No final do Kata, após se cumprimentarem em frente à área de competição, Tori e Uke dão as costas para os juízes e caminham para fora do tatame por onde entraram e saem do tatame (não avaliado).

A cerimônia de abertura começa na linha de 8m ou 10m. Os seguintes estão incluídos na cerimônia de abertura: saudação na área de competição, passo com o pé esquerdo/direito, saudação aos juízes, saudação ao parceiro e passo com o pé esquerdo/direito para a primeira técnica.

A cerimônia de encerramento começa quando Tori e Uke terminam a última técnica, e inclui passo para trás da linha de 6m, saudar o parceiro, saudar os juízes e sair (começando com o pé direito) para a zona de segurança a 8m ou 10m.

Cada técnica termina quando Tori a libera; erros que ocorrem posteriormente são incluídos na próxima técnica.

Para Katame-no-Kata, a técnica termina quando Tori assume a postura kyoshi.

Cada técnica deve ser executada corretamente e avaliada globalmente nos seguintes critérios:

- Preparação
- Quebra de equilíbrio / controle
- Projeção / Conclusão
- Eficiência
- Realismo
- Fluidez

No Nage no Kata, as técnicas direita e esquerda serão avaliadas em conjunto (apenas uma pontuação).

Para Kime-no-Kata e Kodokan-Goshin-jutsu todas as armas (espada, punhal, bastão e pistola) são feitas de madeira. Nenhuma parte metálica é permitida. Para Kime-no-Kata a espada precisa de um "Tsuba" em material plástico.

O comprimento da vara para Kodokan-Goshin-justu é de cerca de 3 pés ou 92 cm, mas se o comprimento padrão comercial for de 100 cm, também é permitido. O diâmetro é de cerca de 20 a 25 mm.

Qualquer comportamento contrário ao espírito do judô será punido com um erro grave dependendo de quando ocorrer:

- ao entrar na área de competição e antes da saudação a 8/10m (na cerimônia de abertura)
- durante o Kata (na técnica)
- após a saudação a 8/10m e saída da área de competição (na cerimônia de encerramento).

Se algum item estiver incorreto ou faltando, penalize de acordo com os tipos de erros listados abaixo.

Definição dos erros:

• Técnica esquecida / Erro Grave

Esse tipo de erro pontuará zero e, além disso, a pontuação final total da dupla será dividida pela metade. Se mais de uma técnica for esquecida ou tiver um erro grave, a pontuação para essa técnica também será zero, mas a pontuação final total para a dupla não será dividida pela metade novamente.

Situações

- O Tori não faz a técnica apropriada após o ataque do Uke.
- Tori e Uke iniciam o kata do lado errado (durante a cerimônia de abertura).
- Perder algo que não faz parte do equipamento (quaisquer objetos).
- Alterar a ordem das técnicas: cada técnica cuja sequência é modificada é considerada esquecida.
- Uke comete um erro na ação e Tori não se move, Uke recomeça.
- O Uke faz o ataque apropriado e o Tori não se move e o Uke começa novamente.
- Tori ou Uke está claramente perdido, por exemplo; mais de 5 segundos sem ação.
- Uke ou Tori dá um passo à frente, volta, hesita e recomeça.
- Tori e/ou Uke estão conversando entre si ou dando instruções ao parceiro.
- Uke não se move, Tori segura Uke e faz a ação.
- A técnica é realizada apenas uma vez em qualquer lado (Nage-No-Kata).

• Erro grande

Quando a execução do princípio está incorreta (5 pontos são deduzidos e o número máximo de cruzeiros é 1).

Situações

- Tori ou Uke iniciam a ação e a modificam antes do final de sua ação completa (hesitação).
- Se o Tori ou Uke fizer a ação completa corretamente, mas o outro não aplicar o princípio correto de ação, ataque ou técnica.
- Contato com o parceiro durante o ataque causando uma lesão.
- A execução do princípio é incorreta ou errônea.
- Realizar a técnica duas vezes no mesmo lado ou inverter os lados (Nage-no-Kata).
- Posição inicial invertida Tori - Uke, cada técnica.
- Perder o controle, faixa ou arma (Kime-no-Kata e Kodokan-Goshin-jutsu) para cada técnica.

• Erro médio

Quando um ou mais elementos do princípio não são aplicados da maneira correta (são deduzidos 3 pontos e o número máximo de cruzeiros é 1).

Situações

- Dar um passo para frente ou para trás com o pé errado.
- Contato com o parceiro durante o ataque sem causar lesão.
- Posição inicial (série ou técnica)
- Distância entre Tori - Uke (exceto devido à morfologia).
- Elemento incorreto na saudação.
- Falta de eficiência, realismo ou fluidez.
- Perda de proteção ou bandagem.
- Judogi, faixa, *back number* ou camiseta (mulheres): durante as cerimônias de abertura e encerramento.

• Erro pequeno

Imperfeição na aplicação da técnica (deduz-se 1 ponto e o número máximo de cruzeiros é 2).

• Valor de correção

Para cada técnica uma avaliação de 0,5 pode ser somada (+) ou subtraída (-).

NAGE-NO-KATA

Elementos gerais a serem observados	Tipo de erro
Tori decide a posição inicial	Médio
Distância de engajamento. Uke começa a segurar o Tori com o kumikata fundamental de direita/esquerda dando um passo à frente com o pé direito/esquerdo, Tori reage ao kumikata e puxa o Uke para a frente para desequilibrá-lo, andando para trás (Uki-otoshi, Kata-guruma, Harai-goshi, Tsurikomi-goshi, Sasae-tsurikomi-ashi, Yoko-gake). Distância de engajamento: Uke começa a segurar Tori com o kumikata fundamental de direita/esquerda dando um passo à frente com o pé direito/esquerdo, Tori reage ao kumikata, Tori e Uke em migi/hidari shizen-tai, e Tori empurra o Uke para trás para desequilibrá-lo avançando com Ayumi-Ashi (Tomoe-Nage)	Médio
Passos em tsugi-ashi (Uki-otoshi, Kata-guruma, Harai-goshi, Tsurikomi-goshi, Sasae-tsurikomi-ashi, Yoko-gake)	Pequeno/Médio
Tori e Uke na área central, três passos de distância (cerca de 1,8 m), golpe no topo da cabeça do Tori pelo Uke (Seoi-nage, Uki-goshi, Ura-nage, Yoko-guruma)	Pequeno/Médio (Médio se o golpe do Uke na cabeça for lateral)
Tori e Uke na área central, em distância de engajamento. Uke começa a segurar no Tori com o kumikata fundamental de direita/esquerda, Tori reage ao kumikata e empurra o Uke lateralmente para desequilibrá-lo. Tori e Uke movimentam-se lateralmente (Okuri-ashi-harai)	Pequeno/Médio
Tori e Uke na área central, em distância de engajamento, passo à frente e Uke começa a segurar Tori em Migi/Hidari shizentai; Uke e Tori com kumikata fundamental (Uchi-mata)	Pequeno/Médio (erro médio se fizer o passo para trás)
Tori e Uke no lado do Uke a cerca de 1 m do centro, distância de engajamento, passo para a frente e Uke começa a segurar Tori em migi/hidari shizentai; Uke e Tori com kumikata fundamental (Tomoe-nage).	Pequeno/Médio (erro médio se fizer o primeiro passo para trás)
Tori e Uke a um passo de distância, migi/hidari jigotai; kumikata (Sumi-gaeshi, Uki-waza)	Pequeno/Médio
Direção e queda na execução da técnica (em Tomoe-nage e Sumi-gaeshi Uke move-se para a frente com o pé direito/esquerdo para a queda e se levanta em shizen-hon-tai após a aplicação; em Yoko-guruma e Uki-waza ele se levanta em Shizen-hon-tai após a queda; em Ura-nage ele não se levanta, em Yoko-gake ele cai com o corpo e as pernas estendidas)	Pequeno/Médio

Técnica	
Elementos a observar	Tipo de Erro
Uki-otoshi	
Uke realiza o kumikata, Tori não levanta os braços ao andar para trás em tsugi-ashi; durante o terceiro passo Tori puxa para baixo para projetar	Pequeno
Quando Uke é projetado, ele não salta	Médio
Tori termina a técnica olhando para a frente	Médio
Posição do joelho do Tori (ligeiramente para dentro)	Pequeno
Seoi-nage	
Uke ataca com dois passos para a frente (pé esquerdo-direito/direito-esquerdo)	Médio
Tori quebra o equilíbrio do Uke para a frente e carrega-o em seu ombro direito/esquerdo para projetá-lo	Médio
Defesa do Uke: ambos os pés alinhados levantando os calcanhares (palma da mão esquerda/direita na parte esquerda/direita do quadril do Tori)	Médio
Kata-guruma	
Tori muda seu kumikata na manga durante o segundo passo. O terceiro passo do Tori é maior	Pequeno/Médio
Uke defende enrijecendo seu tronco	Médio
Tori se move para a posição de elevação (aproximando a perna mais distante) sem segurar as calças do Uke	Pequeno
Uki-goshi	
Uke ataca com dois passos para a frente (pé esquerdo-direito/direito-esquerdo)	Médio
Tori vai em direção ao ataque e projeta o Uke diagonalmente (Uke sem defesa)	Pequeno/Médio
Harai-goshi	
Tori muda seu kumikata na lapela para a escápula esquerda/direita do Uke sob a axila esquerda/direita durante o segundo passo	Médio
Tori posiciona-se para tsukuri/kuzushi no terceiro passo	Médio
Defesa do Uke: ambos os pés quase alinhados, levantando os calcanhares	Médio
Tori varre com a perna estendida	Pequeno/Médio
Tsurikomi-goshi	
No terceiro passo Tori move seu pé direito/esquerdo na frente do pé direito/esquerdo do Uke para puxar o Uke para a frente	Pequeno
Defesa do Uke: ambos os pés alinhados inclinando seu tronco para trás sem levantar os calcanhares.	Médio
Tori desequilibra o Uke para a frente, imediatamente vira de costas com o pé esquerdo/direito, fazendo um pivô e passa muito baixo com seus quadris pressionados contra as coxas do Uke, que fica com os calcanhares erguidos somente quando ele é desequilibrado pelo Tori.	Pequeno/Médio
Okuri-ashi-harai	
Tori deve mudar o ritmo e aplicar o kuzushi	Pequeno/Médio
Tori varre horizontalmente e projeta o Uke na direção que ele está se movendo sem levantar o corpo do Uke.	Pequeno/Médio
Sasae-tsurikomi-ashi	
Após o segundo passo, Tori tem que se mover diagonalmente para trás	Médio
Tori projeta o Uke em seu terceiro passo girando no pé direito/esquerdo (ele não deve pisar para a frente)	Médio
Uchi-mata	
Tori gira o Uke em movimento circular amplo (seus braços puxam horizontalmente)	Médio
Durante a terceira rotação, Tori varre a perna avançada do Uke para cima e para fora .	Médio

Tomoe-nage	
Tori avança com Ayumi-ashi quebrando o equilíbrio do Uke para trás	Pequeno
Uke resiste no terceiro passo empurrando de volta e dando um passo para a frente (ambos os pés alinhados)	Pequeno
Quando o Uke começa a empurrar de volta, o Tori muda seu kumikata, dá um passo para a frente com o pé esquerdo/direito entre os pés do Uke, abaixando seu corpo e erguendo para a frente e para cima para quebrar o equilíbrio do Uke	Médio
Tori coloca o pé direito/esquerdo no estômago do Uke, ao mesmo tempo que o Uke alinha seus pés (os calcanhares do Uke estão erguidos). Tori projeta o Uke sobre sua cabeça	Pequeno
Ura-nage	
Uke ataca com dois passos para a frente (pé esquerdo-direito/direito-esquerdo)	Médio
Tori evita golpe do Uke durante o segundo passo, avançando muito baixo, pé esquerdo-direito/direito-esquerdo (ele não deve pular com os dois pés ao mesmo tempo), seu braço esquerdo/direito em torno da cintura do Uke e a palma da mão direita/esquerda na porção inferior de seu abdômen para envolver o Uke	Médio
Tori projeta o Uke sobre seu ombro esquerdo/direito e termina com os dois ombros no tatame	Médio
Sumi-gaeshi	
Tori desequilibra o Uke levantando seu braço direito/esquerdo ao pisar para trás na posição de jigo tai	Pequeno/Médio
Uke: para manter seu equilíbrio, ele traz o seu pé direito/esquerdo para a frente em paralelo em posição defensiva (jigo tai)	Pequeno/Médio
Tori, (pé direito/esquerdo entre os pés do Uke) quebra o equilíbrio do Uke para a frente outra vez antes de projetá-lo.	Médio
Yoko-gake	
Tori desequilibra o Uke inclinando-o sobre a sua diagonal dianteira direita/esquerda durante o terceiro passo (meio passo), a fim de projetá-lo lateralmente	Médio
Tori dá passos para trás lentamente com o pé direito/esquerdo; assim que ele esteja ao lado do outro pé, ele imediatamente empurra o tornozelo do Uke com o pé esquerdo/direito e projeta o corpo do Uke ao seu lado.	Médio
Yoko-guruma	
Uke ataca com dois passos para a frente (pé esquerdo-direito/direito-esquerdo)	Médio
Tori tenta executar Ura-nage.	Médio
Uke defende inclinando-se para a frente.	Médio
Tori quebra o equilíbrio de Uke diagonalmente deslizando sua perna direita/esquerda em profundidade entre as pernas do Uke.	Médio
Tori deita-se em seu lado esquerdo/direito, a fim de projetar o Uke diagonalmente.	Médio
Uki-waza	
Tori quebra o equilíbrio do Uke durante seu primeiro passo (posição em jigotai)	Pequeno/Médio
Uke avança com o pé de trás para manter seu equilíbrio (jigotai)	Pequeno/Médio
Tori quebra o equilíbrio do Uke diagonalmente para a frente e se deita de lado, a fim de projetar o Uke diagonalmente	Médio

KATAME-NO-KATA

Elementos gerais a serem observados	Tipo de erro
Uke decide a posição inicial	Médio
Deslocamentos: no início Uke dá um passo para a frente; no final Tori faz dois passos para trás e, em seguida, Uke um passo para trás. Saudação.	Médio
<p>Distância e posição:</p> <p>Osae-komi-waza</p> <p>De kyoshi, antes de executar Kesa-gatame, Uke deita-se de costas no tatame. Tori levanta e muda sua posição para o lado do Uke, toma (= distância de dois passos e meio, cerca de 1,2 m) e senta-se em kyoshi, chikama (= distância de meio passo, cerca de 30 cm); após a técnica Tori se move para chikama, kyoshi. Em seguida, Tori aproxima-se novamente para Kata-gatame; depois desta técnica, ele se move para chikama, kyoshi depois para toma e senta-se em kyoshi.</p> <p>Antes de executar Kami-shiho-gatame Tori levanta e muda sua posição voltado para a cabeça do Uke, sentando-se em kyoshi em toma (= distância de dois passos e meio), chikama em kyoshi; após a técnica, chikama, kyoshi e então ele se move novamente para toma em kyoshi. Antes do Yoko-shiho-gatame Tori se levanta e muda de posição para o lado do Uke novamente, toma, kyoshi, chikama; após a técnica, kyoshi e se movimenta novamente para toma em kyoshi.</p> <p>Antes de executar Kuzure-kami-shiho-gatame, Tori levanta e muda sua posição novamente para a cabeça do Uke, ele se aproxima a partir de toma, kyoshi, chikama, kyoshi, em seguida, dá um pequeno passo para a frente e depois na direção do ombro do Uke; após a técnica, ele se afasta com um pequeno passo para a cabeça do Uke e outro pequeno passo para chikama; kyoshi e se move novamente para toma sentado em kyoshi no final da primeira série. Tori e Uke ambos se sentam em kyoshi e ajustam o judogi.</p> <p>Shime-waza</p> <p>Antes de executar Kata-juji-jime Uke deita e Tori levanta e muda sua posição para o lado do Uke, kyoshi, ele se move de toma para chikama em kyoshi. Tori se posiciona montado sobre o Uke e executa o estrangulamento. Em seguida, Tori retorna para chikama, kyoshi, em seguida, para toma e senta-se em kyoshi. Uke senta-se e Tori caminha para sua posição atrás do Uke, toma.</p> <p>Antes de executar Hadaka-jime Tori em kyoshi se move de toma para chikama, kyoshi; Depois da técnica ele se move para chikama, kyoshi então aproxima-se e executa o estrangulamento Okuri-eri-jime. Novamente para chikama, kyoshi, antes de voltar para o último estrangulamento por trás, Kataha-jime. Tori então se muda para chikama, kyoshi, então toma sentando-se em kyoshi.</p> <p>Antes de executar Gyaku-juji-jime Uke deita e Tori levanta e muda sua posição de volta para o lado do Uke, toma, kyoshi, chikama, kyoshi. Ele se aproxima e monta novamente sobre o Uke e executa o estrangulamento; depois Tori se move para chikama, kyoshi, em seguida volta a toma, kyoshi no final da segunda série. Ele então se levanta e caminha de volta para sua posição original e se senta em kyoshi. Ambos ajustam seus judogis.</p>	<p>Pequeno/Médio</p> <p>(É avaliada como Médio se o número de passos for correto e a distância não, ou se Tori não volta para chikama ao final de cada técnica, ou se Tori ou Uke levantar o joelho enquanto se deslocam)</p>

<p>Kansetsu-waza</p> <p>Antes de executar Ude-garami, Uke deita e Tori levanta e muda sua posição para o lado do Uke, ele se move de toma, kyoshi em chikama, kyoshi e, em seguida, executa a técnica; depois volta para chikama, kyoshi antes de se aproximar novamente e realizar Ude-hishigi-juji-gatame, então chikama, kyoshi e depois se aproxima e aplica Ude-hishigi-ude-gatame. De volta para chikama, kyoshi, movendo-se para toma e senta-se em kyoshi.</p> <p>Antes de executar Ude-hishigi-hiza-gatame, ambos Tori e Uke sentam-se em kyoshi em toma, Tori avança dois passos para chikama e senta-se em kyoshi; Ambos se movem ligeiramente para a frente e realizam o kumikata do lado direito. Depois da técnica, ambos Tori e Uke estão em kyoshi e então se levantam.</p> <p>Antes de realizar Ashi-garami Tori e Uke ficam à distância de engajamento, migi shizentai, Tori tenta Tomoe-nage, mas Uke dá um passo para a frente para se defender e tenta puxar o Tori para cima. Tori executa uma chave de perna.</p> <p>Na conclusão, Tori se move dois passos para trás em toma e senta-se em kyoshi, Uke se move para trás um passo e também se senta em kyoshi. Eles ajustam seus judogis, levantam, dão um passo para trás para fechar o kata e realizam a saudação.</p>	
Tori se aproxima meio passo antes de executar uma técnica	Pequeno
Tori em kyoshi assume posição errada em relação ao corpo do Uke antes de iniciar uma técnica	Pequeno/Médio
Tori em chikama quebra sua posição indo meio passo para frente ou para trás	Pequeno/Médio

Técnica

Elementos a observar

Tipo de Erro

Osae-Komi-waza

Maneira de executar cada técnica:

Kesa-gatame: pegada do braço direito, controle do ombro esquerdo por debaixo da axila, etc.

Kata-gatame: empurra o cotovelo direito do Uke para a orelha direita do Uke, etc.

Kami-shiho-gatame: aproximação normal mais aproximação ajoelhado, mãos, etc.

Yoko-shiho-gatame: deslocamento do braço, joelho contra a axila do Uke, pegada na faixa (mão esquerda-direita), bloqueio com o joelho direito, etc.

Kuzure-kami-shiho-gatame: aproximação normal mais um passo em frente na diagonal, pegada do braço, colocando o braço direito do Uke na coxa direita do Tori, etc.

Pequeno/Médio

Durante cada técnica Uke deve demonstrar três tentativas de escape e Tori mostra as respectivas reações que devem ser conectadas e lógicas.

Médio

Shime-waza

Maneira de executar cada técnica:

Kata-juji-jime: joelhos perto das axilas do Uke, mãos, Tori bloqueia e controla o corpo do Uke com as pernas.

Hadaka-jime: ambos os braços simultaneamente, etc.

Okuri-eri-jime: mão esquerda-direita-esquerda, etc.

Kataha-jime: mãos, mão e braço esquerdo, ele se vira para a direita e estrangula movendo sua perna direita para trás e para o lado.

Pequeno/Médio

<p>Gyaku-juji-jime: joelhos perto das axilas do Uke, mãos, etc. Tori bloqueia e controla o corpo do Uke com as pernas.</p> <p>Durante cada técnica Uke deve demonstrar uma única tentativa de escape e Tori continuará o estrangulamento.</p> <p>Kata-juji-jime: Uke tenta escapar empurrando ambos os braços do Tori com as duas mãos. Tori continua com o estrangulamento movendo a cabeça para a frente em direção ao tatame.</p> <p>Hadaka-jime: Uke tenta escapar puxando para baixo com ambas as mãos na parte superior do braço do Tori. Tori continua o estrangulamento movendo-se para trás e controlando o Uke.</p> <p>Okuri-eri-jime: Uke tenta escapar puxando para baixo com ambas as mãos na parte superior do braço do Tori. Tori continua o estrangulamento movendo-se para trás apoiando levemente o corpo do Uke com o joelho direito e controlando o Uke.</p> <p>Kataha-jime: Uke tenta escapar, pegando seu pulso esquerdo com a mão direita e puxando para baixo. Tori continua o estrangulamento.</p> <p>Gyaku-juji-jime: Uke tenta escapar, empurrando com a mão esquerda e puxando para baixo com a mão direita. Tori continua o estrangulamento e rola para baixo sobre o lado cruzando os pés.</p>	Médio
Kansetsu-waza	
<p>Maneira de executar cada técnica:</p> <p>Ude-garami: Tori move o braço direito do Uke e se aproxima, Uke ataca tentando pegar o colarinho direito do Tori com a mão esquerda.</p> <p>Ude-hishigi-juji-gatame: enquanto Tori está se aproximando, Uke tenta alcançar para pegar a gola esquerda do Tori com sua mão direita; Tori bloqueia o braço contra seu peito agarrando o pulso direito do Uke com a mão direita primeiro e depois a esquerda por baixo, pé direito sob a axila do Uke, e dá um passo ao redor da cabeça do Uke com o pé esquerdo; ele prende o braço do Uke com as coxas e aperta os joelhos, deita-se e levanta o quadril.</p> <p>Ude-hishigi-ude-gatame: Enquanto Tori está se aproximando (após o deslocamento do braço direito do Uke) Uke tenta alcançar para pegar a gola direita com sua mão esquerda; Tori executa a chave de braço prendendo o pulso esquerdo do Uke com o lado direito de seu pescoço e seu ombro direito, mão direita-esquerda sobre o cotovelo, controle do corpo do Uke com o joelho direito.</p> <p>Ude-hishigi-hiza-gatame: Tori coloca a palma da sua mão esquerda no cotovelo direito do Uke e aprisiona o pulso do Uke sob sua axila esquerda, coloca o pé direito na área da virilha do Uke, deita-se em seu lado direito, seu pé esquerdo virado para dentro no lado direito do Uke, enquanto controla o Uke com a ponta do pé; Tori empurra com o interior de seu joelho esquerdo em sua mão esquerda e executa a chave de braço.</p> <p>Ashi-garami: Tori tenta realizar Tomoe-nage, Uke se defende, movimentando-se para a frente com o pé direito e puxando para cima o corpo do Tori. Tori empurra a parte de dentro do joelho esquerdo do Uke com seu pé direito e circula o joelho direito do Uke com sua perna esquerda e executa uma chave de perna.</p>	Pequeno/Médio
<p>Durante cada técnica Uke deve demonstrar uma única tentativa de fuga e Tori deve continuar a chave de braço ou perna.</p> <p>Ude-garami: Uke tenta escapar levantando o ombro esquerdo e as costas. Tori continua com a chave de braço.</p> <p>Ude-hishigi-juji-gatame: Uke tenta escapar levantando as costas e puxando o braço enquanto virando à esquerda. Tori continua com a chave de braço.</p> <p>Ude-hishigi-ude-gatame: Uke tenta uma fuga puxando seu braço para baixo. Tori continua com a chave de braço.</p> <p>Ude-hishigi-hiza-gatame: Uke tenta uma fuga empurrando seu braço para a frente. Tori continua com a chave de braço.</p> <p>Ashi-garami: Uke tenta escapar virando à esquerda. Tori continua com a chave de perna.</p>	Médio

KIME-NO-KATA

Elementos gerais a serem observados	Tipo de erro
Tori decide a posição inicial e aguarda Uke (especialmente em Idori, onde ele alcança sua posição rapidamente, senta e espera); Uke toma a distância certa.	Médio
Forma correta de posicionar e coletar as armas	Médio
Distância de ataque	Pequeno / Médio
Idori: durante a ação de ataque os pés são obrigados a estar com os dedos levantados, exceto para Ryote-Dori	Médio
Deslocamento do Tori ao realizar uma chave de braço: pé direito-pé esquerdo-pé direito/pé esquerdo – pé direito – pé esquerdo	Médio
Uso geral das armas	Médio
Uso das armas em cada técnica	Pequeno / Médio
Direção quando realizando uma técnica	Médio
Tori olha diretamente para sua frente quando realizar a chave de braço	Pequeno
Kiai	Pequeno (se desnecessário), Médio (se ausente)
Submissão (batendo duas vezes)	Pequeno

Técnica

Elementos a observar

Tipo de Erro

Forma correta de posicionar e coletar as armas

Punhal dentro, espada fora, lâmina de corte para cima apontando para baixo diagonalmente, lado direito.
 Antes da saudação entre Tori e Uke (no início e no final do Kata), Uke coloca suas armas no tatame à sua direita (primeiro a espada, em seguida, o punhal), paralelo à sua perna com a lâmina de corte em direção a ele (empunhadura do punhal em linha com a empunhadura da espada). Uke, em seguida, pega suas armas (primeiro o punhal, em seguida, a espada) e fica de pé, vira-se e caminha cerca de 1,8 m (em uma área 10x10m), senta-se e segura as armas verticalmente na frente dele, em seguida, coloca as armas no tatame, paralelo à linha do tatame.
 O punhal deve estar no interior, ambos com a lâmina de corte para ele, ambas as empunhaduras para Shomen.
 No final do kata, Uke pega as armas (primeiro o punhal, em seguida, a espada) e os carrega em seu lado direito.

Pequeno / Médio

Idori

Ryote-dori

Distância: cerca de 90 cm primeiro e Tori e Uke avançam para distância hiza-zume (dois punhos) deslizando seus joelhos.
 Uke: agarra os punhos do Tori sem levantar seus dedos do pé (kiai).
 Tori: apoia-se nos dedos dos pés, **traz** os joelhos juntos e chuta o Uke no plexo solar (kiai), em seguida, com o joelho direito para baixo no tatame e joelho esquerdo levantado, domina o punho esquerdo do Uke e vira para a esquerda, puxando o braço esquerdo para a frente diagonalmente e prendendo-o sob sua axila direita.

Pequeno / Médio

Ao puxar, a pressão é aplicada ao cotovelo na chave de braço Waki-gatame. Uke deve ficar de joelhos e bater na perna do Tori duas vezes para indicar submissão.

Tsukkake

Distância: hiza-zume.

Uke: apoia-se nos dedos dos pés e tenta socar com o punho direito invertido no plexo solar do Tori (kiai).

Tori: rapidamente apoia-se em seus dedos e faz pivô de 90° a sua direita em seu joelho esquerdo, seu joelho direito para cima, esquiva-se do ataque com a mão esquerda, puxa para quebrar o equilíbrio do Uke para a frente e faz atemi com seu punho direito invertido entre as sobrelanceiras de Uke (kiai).

Tori: agarra o punho direito do Uke, puxando-o para o quadril direito e prende o punho contra sua coxa, agarra a lapela direita do Uke ao redor do pescoço com a mão esquerda. Ele se move para a frente em dois passos diagonalmente e aplica uma chave de braço Hara-gatame e **controla o pescoço do Uke**.

Uke deve ficar de joelhos e bater no tatame duas vezes para indicar a submissão.

Pequeno / Médio

Suri-age

Distância: hiza-zume.

Uke: apoia-se nos dedos dos pés, tenta empurrar com a palma de sua mão direita aberta na testa do Tori (kiai).

Tori: rapidamente levanta-se nos dedos do pé, com a mão direita ele defende e, em seguida, agarra o punho do Uke, sua mão esquerda é revertida embaixo da axila do Uke, ele chuta Uke no plexo solar (kiai). Tori então gira fazendo pivô e **torcendo o braço do Uke e forçando-o de face para baixo** em direção ao tatame. Ele empurra o braço do Uke para a frente (palma de sua mão para baixo), dá dois passos para a frente em seus joelhos (esquerda/direita) e coloca seu joelho esquerdo na parte de trás do cotovelo do Uke para fazer uma chave de braço puxando a mão para cima.

Uke: bate no tatame duas vezes para indicar a submissão.

Pequeno / Médio

Yoko-uchi

Distância: hiza-zume.

Uke: apoia-se nos dedos dos pés e tenta atacar o têmpora esquerda do Tori com seu punho direito (kiai).

Tori: rapidamente apoia-se nos dedos dos pés, evita o golpe esquivando-se por debaixo do braço direito do Uke, levantando o braço direito, ele dá um passo à frente com seu pé direito segurando Uke como em kata-gatame.

Tori: pressiona as costas do Uke com a mão esquerda e empurra Uke para trás e sobre suas costas dando um passo para a frente com seu pé esquerdo. Ele pressiona o cotovelo direito do Uke em direção ao seu rosto (joelho direito no tatame, joelho esquerdo para cima), ataca Uke no plexo solar com seu cotovelo (mão aberta) (kiai).

Uke: após a técnica, ele se senta em toma (cerca de 1,2 m) encarando o Tori antes de ficar de pé e andar ao redor do lado direito do Tori para sentar-se a um passo das costas do Tori.

Pequeno / Médio

Ushiro-dori

Distância: um passo atrás Tori primeiro e Uke avança para cerca de 20 cm atrás do Tori deslizando os joelhos.

Uke: apoia-se nos dedos dos pés, passos para a frente em seu pé direito e agarra em torno da parte superior dos braços do Tori (kiai).

Tori: reage levantando os braços lateralmente para quebrar o agarrão e apoiando-se nos dedos dos pés, ele agarra a manga esquerda do Uke com a mão direita e mais acima com a mão esquerda, ele desliza a perna direita para trás (dedos do pé levantados) entre as pernas do Uke, ele rola para a esquerda como se estivesse realizando um Makikomi.

Tori: ao mesmo tempo que controla o Uke, ele soca o Uke na genitália com o punho esquerdo (kiai).

Uke: levanta-se de joelhos e retorna em sua posição sentada atrás do Tori

Pequeno / Médio

em uma distância de um passo. Ele então fica de pé e caminha para a direita em torno do Tori e senta-se em toma (cerca de 1,2 m) encarando o Tori.

Tsukkomi

Uke recolhe o punhal (mão direita na parte superior, mão esquerda para baixo) e coloca sua lâmina de corte para cima dentro de sua jaqueta, retorna e senta-se na frente do Tori. Distância em cerca de 90 cm, primeiro e Uke avança para cerca de 45 cm para o Tori deslizando os joelhos.

Uke: saca o punhal levantando-se nos dedos do pé, pé esquerdo para a frente e tenta esfaquear Tori no estômago (kiai).

Tori: rapidamente levanta-se nos dedos do pé e faz o pivô em 90° a sua direita em seu joelho esquerdo, seu joelho direito para cima, desvia a estocada com a mão esquerda, puxa para quebrar o equilíbrio do Uke para a frente e faz atemi com seu punho direito invertido entre as sobranceiras do Uke (kiai), ele agarra o punho direito do Uke, puxando-o para o quadril direito e prende o punho contra sua coxa. Ele agarra a lapela direita do Uke ao redor do pescoço com a mão esquerda. Ele se move para a frente dois passos diagonalmente e aplica uma chave de braço Hara-gatame e controla o pescoço do Uke.

Uke deve ficar de joelhos e bater no tatame duas vezes para indicar a submissão.

Voltando à posição sentada, Uke coloca o punhal de volta dentro da jaqueta.

Pequeno / Médio

Kiri-komi

Distância: cerca de 45 cm.

Uke: tira o punhal de dentro da jaqueta e transfere-o para o sua faixa no lado esquerdo como uma espada curta. Levantando-se nos dedos do pé, pé direito para a frente, ele desembainha a espada curta e tenta golpear o topo da testa do Tori (kiai).

Tori: levantando-se nos dedos do pé, ele pega o punho do Uke com as duas mãos e evita o corte, **faz um pivô com seu** joelho esquerdo e ergue o joelho direito, e ele puxa para a frente diagonalmente para quebrar o equilíbrio do Uke. Ele prende o braço do Uke na sua axila e aplica Waki-gatame.

Uke: deve ficar de joelhos e bate na perna do Tori duas vezes para indicar a submissão.

Uke senta-se em toma aproximadamente 1,2 m de frente ao Tori.

Uke tira a espada curta de sua faixa e coloca de volta dentro da jaqueta como um punhal.

Pequeno / Médio

Yoko-tsuki

Uke levanta-se e caminha para o lado direito do Tori e senta-se ao lado dele. Distância cerca de 20 cm do lado.

Uke: saca o punhal, vira, levantando-se nos dedos do pé, ele pisa para a frente em seu pé esquerdo e tenta esfaquear o lado direito do Tori, com a lâmina de corte virada para cima (kiai).

Tori: rapidamente levanta-se nos dedos do pé e faz um pivô de 180° a sua direita em seu joelho esquerdo, seu joelho direito para cima, desvia o ataque com a mão esquerda, puxa para quebrar o equilíbrio do Uke para a frente e faz atemi com seu punho direito invertido entre as sobranceiras de Uke (kiai). Ele agarra o pulso direito do Uke, puxando-o para o quadril direito e prende o pulso contra sua coxa, agarra a lapela direita do Uke ao redor do pescoço com a mão esquerda. Ele se move para a frente dois passos diagonalmente e aplica uma chave de braço Hara-gatame e controla o pescoço do Uke ao mesmo tempo.

Uke: deve ficar de joelhos e bate no tatame duas vezes para indicar a submissão.

Ambos retornam à posição sentada ao lado um do outro.

Então, Uke coloca o punhal de volta em sua jaqueta, levanta-se, caminha de volta e senta-se em toma a cerca de 1,2 m encarando o Tori.

Uke coloca o punhal no tatame em sua posição original sentado em seiza.

Pequeno / Médio

Tachiai

Ryote-dori

Distância do Uke: 1 passo (cerca de 40 cm.).
Uke: agarra os pulsos do Tori avançando com seu pé direito (meio passo) (kiai).
Tori: puxa os braços para fora e para trás, quebrando o equilíbrio do Uke para a frente, ele chuta a genitália do Uke (kiai) trazendo seu pé de volta para baixo imediatamente.
Tori: puxa o braço esquerdo do Uke para fora diagonalmente e aplica Waki-gatame em uma posição de pé.
Uke deve bater na perna do Tori duas vezes para indicar submissão.
Tori e Uke retornam à posição inicial, Uke encara Tori em toma a cerca de 1,2 m de distância.

Pequeno / Médio

Sode-dori

Uke anda em torno do Tori em seu lado direito (enquanto Tori pisa um pouco para trás) e fica atrás dele à sua esquerda. Ele agarra a manga esquerda do Tori, primeiro com sua mão esquerda e, em seguida, com a mão direita, e força Tori a andar para a frente com o pé direito-esquerdo-direito.
No terceiro passo Tori se move para a sua direita para quebrar o equilíbrio do Uke naquela direção. Tori chuta Uke em seu joelho direito com o pé esquerdo (kiai), faz o pivô em 180° à esquerda, agarra a manga direita do Uke (dentro do cotovelo) e a lapela esquerda e arremessa o Uke com O-soto-gari.

Pequeno / Médio

Tsukkake

Tori e Uke se encaram a três passos de distância (cerca de 1,8 m).
Uke: dá um passo em frente com o pé esquerdo, guarda esquerda, em seguida, ataca para a frente com o pé direito e tenta socar Tori no rosto com o seu punho direito invertido entre as sobranceiras do Tori (Uto) (kiai).
Tori: girando em seu pé esquerdo, faz pivô de 90° à sua direita em tai-sabaki para evitar o golpe, agarra o antebraço direito do Uke **próximo ao pulso** a partir do topo e puxa-o para a frente e para baixo para desequilibrar Uke à sua frente. Quando Uke puxar para trás e se endireitar, Tori caminha para trás do Uke com seu pé direito, em seguida, seu pé esquerdo, coloca o braço direito em torno da garganta do Uke e puxa-o para trás.
Ele aperta as mãos sobre o ombro esquerdo do Uke como em Hadaka-jime, dá um passo para trás com o pé esquerdo e aplica o estrangulamento.
Uke: defende puxando para baixo a parte superior do braço direito do Tori e submete-se batendo no tatame duas vezes com o pé direito.

Pequeno / Médio

Tsuki-age

Tori e Uke de frente um ao outro a cerca de um passo de distância.
Uke: dá passo para a frente com o pé direito e tenta um uppercut no queixo do Tori (kiai).
Tori: inclina-se para trás para evitar o golpe, segura o punho do Uke com as duas mãos, puxa-o para cima e diagonalmente para a frente.
Tori: aprisiona o braço do Uke sob sua axila e aplica Waki-gatame na posição em pé.
Uke: não deve curvar-se muito. Ele deve bater na perna do Tori duas vezes para indicar submissão.

Pequeno / Médio

Suri-age

Tori e Uke de frente um ao outro a cerca de um passo de distância.
Uke: dá um passo para a frente com o pé direito e tenta golpear a testa do Tori com a palma de sua mão direita aberta (kiai).
Tori: inclina-se para trás e desvia o golpe com o antebraço esquerdo no cotovelo, ao mesmo tempo ele soca o Uke no estômago com o seu punho direito invertido (kiai). Imediatamente ele o arremessa com Uki-goshi de esquerda.

Pequeno / Médio

Yoko-uchi

Tori e Uke em frente um ao outro a cerca de 1 passo de distância.
Uke: dá um passo para a frente com o pé direito e tenta golpear o Tori em seu têmpora esquerda com o punho direito (kiai).
Tori: dando um passo à frente com o pé esquerdo, esquiva-se por debaixo do punho e, ao mesmo tempo, ele coloca a mão direita no peito esquerdo do Uke para empurrar o Uke ligeiramente para trás. Ele agarra a lapela esquerda do Uke com a mão direita e caminha para trás do Uke primeiro com o pé direito, em seguida, com o esquerdo. Com a mão esquerda ao redor do pescoço do Uke, ele agarra sua lapela direita. Tori pressiona sua testa na parte de trás da cabeça do Uke e pisa para trás com o pé esquerdo e abaixa seus quadris, aplicando Okuri-eri-jime.
Uke: defende puxando para baixo a parte superior do braço esquerdo do Tori e submete-se batendo no tatame duas vezes com seu pé direito.

Pequeno / Médio

Ke-age

Distância: um passo.
Uke: dá um pequeno passo para a frente com o pé esquerdo e tenta chutar a genitália do Tori (kiai).
Tori: passo para trás com o pé direito girando 90° em Tai-sabaki à sua direita, com a mão esquerda ele pega o tornozelo do Uke e, em seguida, com a mão direita, ele puxa o pé do Uke para a esquerda, torce seu quadril para a esquerda e chuta a genitália do Uke (kiai).
Tori e Uke em frente um ao outro na distância em toma (cerca de 1,2 m).

Pequeno / Médio

Ushiro-dori

Uke: move-se em torno do lado direito do Tori e se posiciona diretamente atrás dele cerca de 90 cm. de distância. Enquanto isso Tori dá passos para trás.
Tori: avança três passos, esquerda-direita-esquerda, Uke segue Tori mas, durante o terceiro passo, ele muda e pisa a frente com o pé direito agarrando em torno dos braços do Tori.
Tori: imediatamente move os cotovelos para fora e segura a parte superior da manga direita do Uke com ambas as mãos. Ele então arremessa o Uke com Seoi-nage.
Tori: joelho direito para baixo, joelho esquerdo para cima, ele ataca Uke entre os olhos com Te-gatana (kiai).
Tori retorna à posição original, Uke em toma (aproximadamente 1,2 m).

Pequeno / Médio

Tsukkomi

Uke recolhe o punhal (mão direita na parte superior, mão esquerda abaixo): a lâmina de corte para cima colocada dentro de sua jaqueta. Ele retorna à sua posição.
Distância: cerca de 90 cm.
Uke: saca o punhal, avança com o pé esquerdo e tenta esfaquear o plexo solar do Tori (kiai).
Tori: vira-se para o seu lado direito rapidamente 90° em Tai-sabaki e desvia a estocada com a mão esquerda, puxa para quebrar o equilíbrio do Uke para a frente e faz atemi com o punho direito invertido entre os olhos (kiai), ele agarra o pulso direito do Uke, puxa-o para o quadril direito. Segurando o pulso contra a coxa, agarra a lapela direita do Uke ao redor do pescoço com a mão esquerda. Ele se move para a frente dois passos diagonalmente e aplica uma chave de braço Hara-gatame e controla o pescoço do Uke.
Uke: não curva-se muito.
Uke: deve bater na perna do Tori duas vezes para indicar a submissão e recoloca o punhal em sua jaqueta.

Pequeno / Médio

Kiri-komi

Uke (aproximadamente 90 cm aparte): retira o punhal de sua jaqueta e coloca-o em sua faixa no lado esquerdo como uma espada curta.
Uke: passo para a frente com o pé direito e golpeia em linha reta na testa do Tori (kiai).
Tori: agarra o pulso do Uke com as duas mãos e evita o corte. Ele prende o

Pequeno / Médio

braço do Uke sob sua axila e se move para trás diagonalmente aplicando Waki-gatame.

Uke: não deve curvar-se muito.

Uke: deve bater na perna do Tori duas vezes para indicar a submissão e retorna a toma (cerca de 1,2 m).

Ele coloca a espada curta na faixa, e então ele coloca o punhal de volta dentro da jaqueta como um punhal.

Nuki-gake

Uke recoloca o punhal de volta no tatame e recolhe a espada (mão direita na parte superior, mão esquerda abaixo), ele a coloca no lado esquerdo de sua faixa, a lâmina de corte para cima e retorna à sua posição.

Tori e Uke encarando um ao outro em toma.

Uke: avança com o pé direito e tenta desembainhar sua espada.

Tori: avança com o pé direito perto do pé direito do Uke e bloqueia com a mão direita o pulso direito do Uke, a fim de parar o Uke de desembainhar a espada.

Tori: move-se rapidamente para a frente com seu pé direito, então, trazendo seu pé esquerdo ao redor para trás do Uke, agarra a lapela direita do Uke ao redor do pescoço com a mão esquerda. Ele pisa para trás diagonalmente, quebrando o equilíbrio do Uke e aplica Kataha-jime.

Uke submete-se batendo no tatame duas vezes com o pé direito.

Pequeno / Médio

Kiri-oroshi

Distância: Uke em sua posição inicial, Tori em cerca de 2,7 m de distância.

Uke: dá passo para a frente com o pé direito e lentamente desembainha sua espada com a ponta apontando para os olhos do Tori (a posição Seigan).

Uke: dá um passo em frente em tsugi-ashi.

Tori: move um passo para trás **começando** com seu pé direito.

Uke: dá passo para a frente com o pé esquerdo levanta sua espada acima de sua cabeça na posição Jodan, em seguida, avançando com o pé direito, ele tenta cortar o topo da cabeça do Tori (kiai).

Ele deve posicionar sua espada sobre a cabeça antes de cortar.

Tori: avançando com o pé esquerdo, vira-se para a sua direita rapidamente 90° em Tai-sabaki e desvia o ataque, ele agarra o pulso direito do Uke com a mão direita, ele puxa-o para o quadril direito e segura o pulso contra sua coxa. Tori agarra a lapela direita do Uke ao redor do pescoço com a mão esquerda. Ele se move para a frente em duas passadas (direita-esquerda-direita) diagonalmente e aplica um Ude-hishigi-hara-gatame enquanto agarra o colarinho direito do Uke profundamente com sua mão esquerda para controlar o pescoço do Uke.

Uke: não deve curvar-se muito.

Ele deve bater na perna do Tori duas vezes para indicar submissão.

Tori em shizen-hontai, Uke vai para o seu ponto de partida mantendo a espada para baixo/para direita, a lâmina para dentro.

Uke traz a espada até o nível dos olhos do Tori e, em seguida, retorna a espada para sua bainha (shizen-hontai).

Enquanto Uke recoloca a espada de volta no tatame em preparação para a cerimônia de encerramento do kata, Tori retorna à sua posição original.

Pequeno / Médio

JU-NO-KATA

Elementos gerais a serem observados	Tipo de erro
Distância: Tsuki-dashi: cerca de 1,8 m Kata-oshi: pé esquerdo do Tori e direito do Uke alinhados e próximos Ryote-dori: cerca de meio passo Kata-mawashi: cerca de meio passo Ago-oshi: cerca de três passos Kiri-oroshi: cerca de dois passos. Ryo-kata-oshi: comprimento dos braços (palmas das mãos do Uke tocam os ombros do Tori) Naname-uchi: cerca de um passo Katate-dori: Tori e Uke lado a lado Katate-age: cerca de 2,7 m Obi-tori: cerca de um passo Mune-oshi: cerca de meio passo (ligeiramente menos) Tsuki-age: cerca de um passo Uchi-oroshi: cerca de dois passos Ryogan-tsuki: cerca de um passo (ligeiramente mais)	Médio
Desistência (batendo uma vez com um braço livre ou movendo um pé para trás)	Pequeno. Médio se Uke não bate.

Técnica

Elementos a observar

Tipo de Erro

Dai-ikkyo

Tsuki-dashi

Uke anda em tsugi-ashi e gradualmente e continuamente ergue o braço (faixa, garganta) batendo no uto do Tori no terceiro passo.	Pequeno/Médio
Uke: ataca entre as sobrelhas do Tori no terceiro passo. Tori segura o pulso direito do Uke com seu polegar para baixo e o pulso esquerdo com o polegar para cima.	Pequeno/Médio
Maneira de se libertar para Tori e Uke (abrindo e fechando as pernas ao girar, a mão que faz a pegada com o polegar para cima).	Pequeno/Médio
Conclusão: quebra do equilíbrio do Uke para trás (braço direito do Uke estendido).	Pequeno/Médio

Kata-oshi

Uke ergue sua mão direita e empurra o lado de trás do ombro direito do Tori.	Pequeno/Médio
Tori se inclina para baixo; Uke se curva quando Tori o evita e, em seguida, empurra o ombro do Tori para trás com a palma da mão direita; Tori se move para trás agarrando quatro dedos da mão direita do Uke com sua mão direita.	Pequeno/Médio
Uke prepara sua mão esquerda antes do ataque.	Pequeno/Médio
Uke ataca entre os olhos do Tori com a ponta dos dedos da mão esquerda movendo-se para a frente com seu pé esquerdo e o Tori contra-ataca segurando primeiro os dedos da mão esquerda, então direita, e estendendo ambas as mãos enquanto se move para trás.	Pequeno/Médio

Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke para trás com os braços estendidos.	Pequeno/Médio
Ryote-dori	
Uke: segura ambos os pulsos do Tori.	Pequeno/Médio
Tori: quebra o equilíbrio do Uke para a frente e faz a técnica (Soto-makikomi).	Pequeno/Médio
Carregamento do Tori e levantamento do Uke.	Pequeno/Médio
Kata-mawashi	
Uke: vira os ombros do Tori (mão direita na parte de trás do ombro direito, mão esquerda na frente do ombro esquerdo).	Pequeno/Médio
Tori: quebra o equilíbrio do Uke para a frente com sua mão esquerda e faz a técnica (Ippon-seoi-nage, carregando o Uke em seus ombros).	Pequeno/Médio
Carregamento do Tori e levantamento do Uke.	Pequeno/Médio
Ago-oshi	
Tori: três passos para a frente (virando para o lado direito com o terceiro passo).	Pequeno/Médio
Uke em tsugi-ashi e gradualmente e continuamente ergue o braço (faixa, garganta) para atingir o queixo do Tori no terceiro passo.	Pequeno/Médio
Defesa do Tori: Tori vira seu pé esquerdo, corpo e o rosto para sua esquerda, segura a mão direita do Uke com sua mão direita colocando o polegar direito na palma da mão direita do Uke, e avança com o pé direito girando 180°.	Pequeno/Médio
Uke prepara a mão antes do ataque.	Pequeno/Médio
Uke ataca entre as sobrancelhas do Tori com as pontas dos dedos da mão esquerda movendo-se para a frente com seu pé esquerdo e o Tori contrataca (segurando a mão) movendo-se para trás com seu pé esquerdo.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke para trás bloqueando com os braços dobrados.	Pequeno/Médio
Dai-nikyo	
Kiri-oroshi	
Uke: preparação do ataque (passo para trás com o pé direito virando para a direita e voltando sua palma direita para a frente ao mesmo tempo).	Pequeno/Médio
Uke: ataque com Te-gatana avançando com o pé direito.	Pequeno/Médio
Tori: passos para trás (pé direito-esquerdo), agarra o pulso direito do Uke, faz dois passos em tsugi-ashi para a frente para quebrar o equilíbrio do Uke para o canto traseiro direito.	Pequeno/Médio
Uke: empurra o cotovelo direito do Tori para soltar a pegada em seu pulso direito e vira o Tori em 180° em um grande círculo.	Pequeno/Médio
Tori: gira sobre no pé esquerdo e segura os quatro dedos da mão esquerda do Uke com sua mão esquerda (por baixo) colocando seu polegar esquerdo na palma esquerda do Uke.	Pequeno/Médio
Tori: continua para trás do Uke, quebrando o equilíbrio para trás.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio de Uke para trás com o braço esquerdo esticado.	Pequeno/Médio
Ryo-kata-oshi	
Uke: ataca Tori por trás empurrando os ombros para baixo (com as palmas das mãos).	Pequeno/Médio
Defesa do Tori: abaixando o corpo, pé esquerdo meio passo para trás, pé direito meio passo para a esquerda, vira, segura o pulso direito do Uke com a mão esquerda, pé esquerdo meio passo para trás (Uke meio passo para a frente), pé direito ½ passo à esquerda, agarra o pulso direito do Uke com sua mão direita.	Pequeno/Médio
Tori: vira, muda sua pegada no pulso direito do Uke, e se move para a frente, lentamente levantando o corpo, puxando o Uke.	Pequeno/Médio
Uke defende empurrando com a mão esquerda nas costas do Tori.	Pequeno/Médio

Tori: vira à sua esquerda, move-se para trás com pé direito-esquerdo (os calcanhares do Uke apoiados no tatame), colocando a parte superior do braço esquerdo cruzando o peito do Uke, ele empurra para trás.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke ao empurrar com a parte superior do braço esquerdo e levantando e esticando o braço direito do Uke.	Pequeno/Médio
Naname-uchi	
Uke tenta golpear diagonalmente entre as sobranças do Tori com Te-gatana.	Pequeno/Médio
Tori evita e segura o pulso do Uke, então contra-ataca com os dedos direitos (palma voltada para baixo).	Pequeno/Médio
Uke segura o pulso do Tori, vira para a esquerda e puxa o Tori para a frente. Tori liberta o pulso empurrando a mão esquerda do Uke com sua mão esquerda e avançando com o pé esquerdo.	Pequeno/Médio
Uke coloca a mão no cotovelo do Tori e obriga o Tori a virar.	Pequeno/Médio
Tori gira e levanta o Uke em Ura-nage (tronco se inclinando para trás). As pernas do Uke juntas e os braços esticados acima da cabeça.	Pequeno/Médio
Katate-dori	
Uke: agarra o pulso direito do Tori.	Pequeno/Médio
Tori: ergue o braço mantendo esticado (Kansetsu-waza) movendo-se diagonalmente para a frente com o pé direito.	Pequeno/Médio
Uke se defende movendo-se para a frente com seu pé direito afastando o cotovelo direito do Tori com a palma direita e liberando a mão esquerda para puxar o ombro esquerdo do Tori.	Pequeno/Médio
Tori gira e levanta o Uke com Uki-goshi (para O-goshi).	Pequeno/Médio
Katate-age	
Depois de erguer seus braços direitos Tori e Uke se aproximam um do outro.	Pequeno/Médio
Tori dá um passo para o lado com o pé direito evitando a colisão, segurando o ombro esquerdo do Uke e cotovelo direito; Uke reage, Tori bloqueia o cotovelo esquerdo do Uke; Uke reage novamente (Tori permanece ereto enquanto controlando a reação do Uke; ações e reações são lentas e Tori e Uke estão muito próximos um do outro).	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke para trás com o braço direito esticado.	Pequeno/Médio
Dai-sankyo	
Obi-tori	
Uke: dá um passo com o pé esquerdo à frente (braços cruzados com a mão esquerda por cima, palmas voltadas para baixo) e tenta segurar a faixa do Tori.	Pequeno/Médio
Tori: segura o pulso esquerdo do Uke com a mão direita (as costas da mão viradas para baixo) e puxa à sua esquerda e então o cotovelo esquerdo do Uke com sua mão esquerda e empurra para cima; ele então puxa o ombro direito do Uke com a mão direita, enquanto tenta girar o corpo do Uke à direita.	Pequeno/Médio
Uke: girando, puxa o cotovelo direito do Tori lateralmente e puxa o ombro esquerdo do Tori empurrando o cotovelo do Tori para cima.	Pequeno/Médio
Tori: vira-se novamente e puxa Uke perto do quadril para levantar com Uki-goshi, então O-goshi.	Pequeno/Médio
Mune-oshi	
Uke empurra sua palma direita contra o lado esquerdo do peito do Tori, que empurra o pulso direito do Uke para cima com sua mão esquerda em Yahazu (forma de V) e empurra sua mão direita contra o lado esquerdo do peito do Uke, Uke agarra o pulso direito do Tori e eles giram em direção a Shomen mudando a pegada durante o movimento.	Pequeno/Médio
Tori: bloqueando o braço direito do Uke e mudando a pegada no braço esquerdo esticado do Uke (no cotovelo), quebrando o equilíbrio do Uke para trás para o canto traseiro direito.	Pequeno/Médio

Conclusão: Tori dá um passo com o pé direito, então o pé esquerdo, abaixa os quadris e quebra o equilíbrio do Uke ainda mais.	Médio
Tsuki-age	
Uke: dá um passo para trás com o pé direito, em seguida, para a frente novamente e tenta um <i>uppercut</i> (soco de baixo para cima) no queixo do Tori.	Pequeno/Médio
Tori: inclina-se para trás para evitar o ataque do Uke, pega punho na mão direita, coloca sua palma esquerda no cotovelo direito do Uke e pisa para a frente com o pé esquerdo e vira o Uke.	Pequeno/Médio
Uke: faz um giro de 360° no pé esquerdo.	Pequeno/Médio
Tori: puxa o braço direito do Uke para cima segurando o cotovelo direito do Uke com a mão esquerda, fazendo um gancho ao redor do ombro do Uke na forma de Ude-garami, quebrando o equilíbrio do Uke para trás no canto traseiro direito. Tori dá um passo com o pé esquerdo e então direito.	Pequeno/Médio
Uchi-oroshi	
Uke: levantando o punho direito e o braço em um grande círculo, pisa para a frente com o pé direito e tenta golpear o topo da cabeça do Tori com a parte de trás de seu punho direito.	Pequeno/Médio
Tori: move-se para trás (pé direito-esquerdo), agarra o pulso direito do Uke com sua mão direita (de cima para baixo em uma pegada regular), faz dois passos em tsugi-ashi para a frente para quebrar o equilíbrio do Uke para o canto traseiro direito.	Pequeno/Médio
Uke inverte sua mão esquerda com os dedos voltados para baixo para colocar sua palma no cotovelo direito do Tori pela frente e empurra para girar em torno do corpo do Tori amplamente para o seu lado esquerdo.	Pequeno/Médio
Tori: faz um giro sobre o pé esquerdo, mão esquerda agarra o pulso esquerdo do Uke com sua mão esquerda (por cima) e se posiciona atrás do Uke, quebrando o equilíbrio do Uke para trás.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke para trás e aplica Kansetsu-waza no braço esquerdo do Uke com sua mão esquerda e Shime-waza com seu pulso direito ao mesmo tempo.	Pequeno/Médio
Ryogan-tsuki	
Uke: levanta a mão direita e ataca os olhos do Tori (dedos estendidos, anular e dedo médio separados), avançando com o pé direito.	Pequeno/Médio
Tori: vira para a esquerda, evita o ataque e segura o pulso direito do Uke para puxar o braço com a mão esquerda.	Pequeno/Médio
Uke: avança com o pé esquerdo e segura o pulso esquerdo do Tori com a mão esquerda para liberar o braço direito.	Pequeno/Médio
Tori: empurra o cotovelo esquerdo do Uke com sua palma direita, a fim de libertar o braço esquerdo.	Pequeno/Médio
Uke: gira em torno do pé direito.	Pequeno/Médio
Tori: ataca os olhos de Uke com a mão esquerda (dedos estendidos, anular e dedo médio separados), avançando com o pé esquerdo.	Pequeno/Médio
Uke: vira à direita, evita e agarra o pulso esquerdo do Tori para puxar o braço com a mão direita.	Pequeno/Médio
Tori: avança com o pé direito e agarra o pulso direito do Uke com a mão direita para liberar o braço esquerdo.	Pequeno/Médio
Uke: empurra o cotovelo direito do Tori com sua palma esquerda, a fim de libertar o braço direito, tenta virar Tori, mas Tori coloca o braço em torno da cintura do Uke e levanta-o com Uki-goshi (para O-goshi).	Pequeno/Médio

KODOKAN-GOSHIN-JUTSU

Elementos gerais a serem observados	Tipo de erro
Forma correta de posicionar e coletar as armas	Médio
Uso da arma (cada técnica)	Médio
Direção da técnica	Médio
Durante a execução de uma chave de braço Tori olha diretamente para sua frente	Pequeno
Kiai	Pequeno (se desnecessário), Médio (se ausente)
Submissão batendo duas vezes	Pequeno

Técnica

Elementos a observar

Tipo de Erro

Forma correta de posicionar as armas no tatame no começo e coletá-las ao final do Kata.

Uke tem o punhal (lâmina de corte para cima) e o bastão na mão direita, ambos apontando para baixo a parte traseira, com o punhal na parte interna. A pistola está na jaqueta.

A pistola está na jaqueta.

Uke, passos para trás com o pé direito, passos para a frente em direção a shomen cerca de 3m, está com ambos os calcanhares juntos; ajoelhando em seiza ele posiciona o bastão para baixo primeiro e então o punhal mais próximo a ele (lâmina em direção a ele e a ponta para a esquerda), em seguida, a pistola (com o cano para a esquerda, o cabo para ele) mais distante. A linha de borda lateral direita da pistola deve ser alinhada com a parte inferior da empunhadura do punhal.

No final do kata, Uke dá passos para trás com o pé direito, passos para a frente para shomen para recolher as armas: ajoelhando em seiza a partir da postura em pé com ambos os calcanhares juntos, ele pega o punhal e o bastão. A pistola ainda está na jaqueta.

Pequeno / Médio

Ryote-dori

Uke e Tori vão para o centro.

Uke: passos para a frente com o pé esquerdo, agarra os punhos do Tori, ataca a genitália do Tori com seu joelho direito (kiai).

Tori: passos para sua retaguarda esquerda com o pé esquerdo, tira a pegada do punho direito, em seguida, com atemi ele ataca a têmpora do Uke com Te-gatana (kiai), pisa para trás, em seguida, dá passos diagonalmente **e aplica Kote-hineri** no pulso do Uke **e controla o braço direito do Uke com seu braço esquerdo** em uma posição de pé, olhando para a frente.

Para submeter-se Uke bate em sua perna esquerda duas vezes, ele não deve curvar-se muito.

Pequeno / Médio

Hidari-eri-dori

Uke e Tori vão para o centro.

Uke: passos para a frente com o pé direito, agarra a lapela esquerda do Tori em sua mão direita e tenta empurrar Tori para baixo e para trás.

Tori: agarra e abre sua própria lapela esquerda para fora com sua mão esquerda pisando para trás / esquerda com o pé esquerdo, Me-tsubushi com

Pequeno / Médio

<p>as costas de sua mão direita aberta no rosto de Uke (kiai), Tori aplica Kotehineri controlando o pulso direito do Uke, puxando Uke diagonalmente para trás à sua direita com a mão esquerda e empurrando o cotovelo para baixo com o polegar e os dedos indicadores em forma de V, ele traz Uke para baixo no tatame, controla com Te-gatame com o joelho esquerdo nas costas do Uke, empurrando seu braço direito contra sua cabeça. Uke está deitado em seu estômago e bate no tatame duas vezes.</p>	
Migi-eri-dori	
<p>Uke e Tori vão para o centro. Uke: agarra a lapela direita do Tori com sua mão direita (quatro dedos para dentro), ele pisa para trás com o pé esquerdo, puxando fortemente para baixo Tori. Tori: pisa para a frente com o pé direito e atinge o queixo de Uke com um <i>uppercut</i> de seu punho direito (kiai). Tori: agarra o pulso direito do Uke com a mão esquerda em um Kote-gaeshi e, em seguida, o prende com a mão direita, ele pisa para trás com o pé esquerdo e vira seu corpo para a esquerda para projetar o Uke para a frente.</p>	Pequeno / Médio
Kata-ude-dori	
<p>Posição de partida: Uke está em shizen-hontai no lado direito atrás do Tori. Uke: passo à frente com o pé esquerdo e aplica um bloqueio de braço no cotovelo direito do Tori por trás. Uke: empurra Tori e avança (esquerda-direita-esquerda); Tori também é forçado a avançar. Tori: no terceiro passo, ele faz uma meia volta em direção ao Uke e aplica um chute lateral no interior do joelho esquerdo do Uke com o lado de seu pé direito (kiai). Tori: coloca seu pé direito para baixo, avança o pé esquerdo e dá passos para a frente diagonalmente e aplica Waki-gatame em uma posição de pé, olhando para a frente. Para submissão Uke bate em sua perna esquerda duas vezes, Uke não deve curvar-se muito.</p>	Pequeno / Médio
Ushiro-eri-dori	
<p>Posição de partida: Uke se aproxima por trás. Quando Tori chega ao centro, Uke agarra a parte de trás do colarinho do Tori por trás e pisa para trás com o pé esquerdo e tenta puxá-lo para baixo pelas costas. Tori: gira em torno de seu corpo para a esquerda com o pé esquerdo, levanta a mão esquerda para proteger o rosto e soca Uke no plexo solar com o punho direito (kiai). Tori: controla o pulso do Uke com seu ombro esquerdo e pescoço e aplica chave de braço Ude-gatame quebrando o equilíbrio do Uke para o canto traseiro direito do Tori. Para submissão Uke bate em sua perna esquerda duas vezes, Uke não deve curvar-se muito.</p>	Pequeno / Médio
Ushiro-jime	
<p>Posição de partida: Uke se aproxima por trás. Quando Tori chega ao centro, Uke tenta um Hadaka-jime em pé. Tori: curva-se em seu queixo defendendo-se com ambas as mãos puxando para baixo o antebraço direito do Uke. Ele torce seu corpo para a esquerda controlando o braço direito do Uke com o ombro direito, mudando a pegada com a mão esquerda e pressionando o cotovelo direito do Uke com a mão direita, Tori puxa o Uke para o solo e o prende lá com uma chave de braço Te-gatame. Uke está deitado em seu estômago e bate duas vezes no tatame.</p>	Pequeno / Médio
Kakae-dori	
<p>Posição de partida: Uke se aproxima por trás. Quando Tori chega ao centro Uke pisa à frente com o pé direito e abraça em torno da cintura o Tori sobre os dois braços por trás. Assim que ele toca o</p>	Pequeno / Médio

<p>Tori, Tori pisa no peito do pé direito do Uke com seu calcanhar direito (kiai), em seguida, abaixa seu quadril e força seus cotovelos para fora para livrar-se do abraço.</p> <p>Tori agarra o pulso direito do Uke com a mão esquerda, vira seu corpo para a direita pisando com o pé esquerdo e aplica uma chave de braço com a mão esquerda no pulso direito do Uke e colocando seu antebraço direito com a mão aberta sobre o cotovelo do Uke. Ele avança com o pé esquerdo controlando o cotovelo direito do Uke, vira à sua direita, avança diagonalmente com o pé direito e projeta Uke para a frente diagonalmente. Uke não se levanta.</p> <p>Tori fica em shizen-tai.</p>	
Naname-uchi	
<p>Tori e Uke vão para o centro.</p> <p>Uke: ataca para golpear com o punho direito na têmpora esquerda do Tori (pé esquerdo-direito, kiai).</p> <p>Tori: passo para trás com o seu pé direito, se esquiva e evita o braço do Uke com a mão esquerda (dedo mínimo para cima) e dá um <i>uppercut</i> direito no Uke (kiai).</p> <p>Tori: reverte sua mão esquerda para segurar o braço direito do Uke, mantendo a parte superior do braço direito do Uke pressionado para dentro, ele coloca sua mão direita em Yahazu (forma V) na garganta do Uke e projeta o Uke com Osoto-otoshi.</p>	Pequeno / Médio
Ago-tsuki	
<p>Tori e Uke vão para o centro.</p> <p>Uke: ataca para golpear no queixo do Tori com um <i>uppercut</i> com seu punho direito (pé direito para a frente, kiai).</p> <p>Tori: pequeno passo para trás com o pé esquerdo e desvia o golpe por baixo com a mão direita, ele agarra o pulso do Uke com a mão direita, vira e levanta o braço do Uke (cotovelo para cima) em direção ao seu rosto, torcendo o braço direito do Uke em uma chave de braço.</p> <p>Tori: passo profundo para a frente com o pé esquerdo empurrando para a frente o cotovelo direito do Uke com a mão esquerda e projeta o Uke diagonalmente à frente para a esquerda.</p> <p>Uke não se levanta.</p>	Pequeno / Médio
Ganmen-tsuki	
<p>Tori e Uke vão para o centro.</p> <p>Uke: toma uma postura de esquerda e ataca para golpear no rosto do Tori com o punho esquerdo no momento em que ele atinge a distância adequada (kiai).</p> <p>Tori: evita o golpe avançando para a direita, batendo nas costelas do lado esquerdo do Uke com o punho direito (kiai).</p> <p>Tori: move-se atrás do Uke com seu pé direito-esquerdo em tsugi-ashi e aplica Hadaka-jime pisando para trás com seu pé esquerdo e, em seguida, o pé direito em tsugi-ashi.</p> <p>Uke: defende puxando para baixo o antebraço direito do Tori com ambas as mãos, em seguida, bate no tatame duas vezes com o pé para submissão, Tori solta o Uke, se move para a esquerda e deixa Uke cair de costas.</p>	Pequeno / Médio
Mae-geri	
<p>Tori e Uke vão para o centro.</p> <p>Uke: ataca chutando o Tori com Mae-geri em sua genitália com a bola do pé direito (kiai).</p> <p>Tori: dá passo para trás com o pé direito e vira à direita para evitar o ataque, ele agarra o tornozelo com a mão esquerda, com a mão direita agarra e vira a bola do pé direito do Uke no sentido anti-horário para que o Uke perca o equilíbrio, em seguida, empurra para a frente em tsugi-ashi e projeta o Uke para baixo de costas, elevando e empurrando o pé direito do Uke com as duas mãos.</p>	Pequeno / Médio
Yoko-geri	

<p>Tori e Uke vão para o centro.</p> <p>Uke: dá um passo para a frente diagonalmente com o pé esquerdo e tenta chutar o Tori pelo lado em Yoko-geri com a borda externa de seu pé direito (kiai).</p> <p>Tori: passos para a frente diagonalmente, pé esquerdo-direito e afasta o chute do Uke varrendo com seu antebraço direito com dedos estendidos. Ele pisa atrás do Uke colocando as mãos nos ombros do Uke, abaixa o joelho esquerdo e puxa Uke para baixo de costas para trás de sua direita.</p>	Pequeno / Médio
<h2>Buki (contra ataque armado): maneiras de devolver as armas para Uke</h2>	
<p>Punhal: Tori devolve para o Uke com ambas as mãos, a lâmina de corte voltada para si mesmo e a ponta à sua direita.</p> <p>Bastão: Tori devolve para o Uke com ambas as mãos.</p> <p>Pistola: Tori devolve para o Uke com ambas as mãos, o cabo em direção ao Uke e a boca do cano à sua direita.</p>	Pequeno / Médio
<h2>Tsukkake</h2>	
<p>Uke recolhe o punhal ajoelhado (joelho direito para cima): lâmina de corte para cima dentro da jaqueta.</p> <p>Tori e Uke vão para o centro e eles param a meio passo de distância.</p> <p>Uke: saca o punhal (borda da lâmina afiada para cima) pisando para trás com o pé direito no momento em que ele alcança a distância adequada.</p> <p>Tori: passo com o pé direito-esquerdo para o lado esquerdo do Uke, tomando o cotovelo esquerdo do Uke para empurrar para sua esquerda com a mão direita, aplica Me-tsubushi no olhos do Uke com sua palma esquerda (kiai).</p> <p>Tori: agarra o pulso esquerdo do Uke com a mão esquerda para torcer e levantar, mudando sua mão direita (palma para baixo) no cotovelo esquerdo do Uke, ele arrasta o Uke para o solo e controla o cotovelo esquerdo do Uke com Te-gatame.</p> <p>Uke deita-se sobre seu estômago e bate no tatame duas vezes segurando o punhal.</p>	Pequeno / Médio
<h2>Choku-tsuki</h2>	
<p>Tori e Uke vão para o centro.</p> <p>Uke: avança com o pé esquerdo até o momento em que ele alcança a distância adequada enquanto saca o punhal (borda da lâmina afiada para cima).</p> <p>Uke: avança com o pé direito, tenta esfaquear o Tori no estômago (kiai).</p> <p>Tori: passos para a frente com o pé esquerdo para desviar da estocada e controla com a mão esquerda no cotovelo do Uke, ele aplica um <i>uppercut</i> com seu punho direito (kiai), agarra o pulso direito com ambas as mãos e puxa Uke para a frente diagonalmente aplicando Waki-gatame, posição de pé, olhando para frente.</p> <p>Para submissão, o Uke bate em sua perna esquerda duas vezes e não deve curvar-se muito.</p>	Pequeno / Médio
<h2>Naname-tsuki</h2>	
<p>Tori e Uke vão para o centro.</p> <p>Uke: avança com o pé esquerdo no momento em que ele alcança a distância adequada enquanto puxa o punhal (borda da lâmina afiada para cima) para fora da sua jaqueta com uma pegada reversa e levanta-o para atacar.</p> <p>Uke: passos para a frente com o pé direito, tenta esfaquear Tori no lado esquerdo do pescoço (kiai).</p> <p>Tori esquiva-se da facada pisando para trás no seu pé direito para girar seu corpo à sua direita, agarra o pulso direito do Uke com a mão esquerda em Kote-gaeshi, imediatamente coloca a mão direita sobre e projeta o Uke, bloqueando o pulso enquanto pisa para a frente com o pé direito e pisa para trás com o pé esquerdo.</p> <p>Tori: aplica Te-gatame no braço direito do Uke, controlando com o joelho direito no lado direito do Uke. Uke bate no tatame duas vezes com a mão</p>	Pequeno / Médio

esquerda. Tori retira o punhal com a mão esquerda, Tori leva-o embora sem agarrar o lado da borda da lâmina.

Furi-age

Uke coloca o punhal de volta no tatame e recolhe o bastão ajoelhado (joelho direito para cima), segurando o bastão em sua mão direita, apontando para baixo. Tori e Uke vão para o centro.

Uke: Dá um passo para trás com o pé direito no momento em que ele alcança a distância adequada, tenta um ataque levantando o bastão acima de sua cabeça.

Tori dá um passo profundo a frente com o pé esquerdo bloqueando o braço direito do Uke com seu antebraço esquerdo e empurra o queixo do Uke para cima com a base de sua palma direita para quebrar seu equilíbrio para trás (kiai).

Tori: projeta Uke com um O-soto-gari.

Pequeno / Médio

Furi-oroshi

Tori e Uke vão para o centro.

Uke: avança com o pé esquerdo no momento em que ele alcança a distância adequada, levanta o bastão em seu lado direito com ambas as mãos (Tori para).

Uke: passo para a frente com o seu pé direito atacando diagonalmente no lado esquerdo da cabeça do Tori (yokomen esquerda) (kiai).

Tori: passo para trás para evitar o bastão com o pé direito, em seguida, passos para a frente com o pé esquerdo e com atemi ataca Uke no rosto com a parte de trás de seu punho esquerdo (kiai).

Tori agarra o bastão com a mão direita batendo novamente em atemi com sua esquerda Te-gatana no meio das sobancelhas do Uke (kiai), em seguida, empurra Uke com tanta força para baixo e para trás que ele cai, puxando o bastão das mãos do Uke.

Pequeno / Médio

Morote-tsuki

Tori e Uke vão para o centro.

Uke: deve estar pronto para acertar Tori no plexo solar com o topo do bastão no momento em que ele alcançar a distância adequada. Uke ataca avançando com seu pé esquerdo (kiai).

Tori: passo para a frente com o pé direito, enquanto se vira para a esquerda em Tai-sabaki e varre o bastão com a mão direita para desviar (quatro dedos para cima).

Tori: agarra o bastão na frente do punho esquerdo do Uke com a mão esquerda (**palma virada para baixo**), em seguida, agarrando o bastão com a mão direita entre as duas mãos do Uke (**palma virada para baixo**), enquanto pisa para a frente com o pé direito na frente dos pés do Uke. Ele avança diagonalmente em tsugi-ashi com seu pé direito controlando com um bloqueio de braço no cotovelo esquerdo do Uke. Colocando pressão sobre o cotovelo esquerdo, ele então projeta o Uke, ficando com o bastão; então ele toma posição esquerda mudando sua pegada esquerda sobre o bastão e apontando a ponta do bastão para o Uke.

Uke não se levanta.

Pequeno / Médio

Shomen-zuke

Uke coloca o bastão de volta no tatame e recolhe a pistola ajoelhado (joelho direito para cima) e a coloca dentro de seu casaco.

Tori e Uke vão para o centro.

Uke ordena mãos ao alto "Te wo agero!".

Tori levanta as mãos lentamente. Uke pressiona a boca do cano da pistola no estômago do Tori (pé direito meio passo à frente). Quando Uke olha para baixo para procurar o lado direito do quadril do Tori com sua mão esquerda, Tori torce seu quadril para sua direita, a fim de evitar o cano e agarra o cano da pistola com a mão esquerda, polegar em cima, e ao mesmo tempo agarra pulso do Uke com a sua mão direita. Ele puxa o pulso direito do Uke para a frente enquanto empurra o cano da pistola para baixo para apontar o cano

Pequeno / Médio

para a axila direita do Uke e retira a pistola (usando apenas o movimento do quadril).

Koshi-gamae

Tori e Uke vão para o centro.

Uke ordena mãos ao alto "Te wo agero!". Uke segura a pistola ao seu lado e aponta-a no abdômen do Tori (pé esquerdo para a frente). Tori levanta as mãos lentamente e Uke se aproxima.

Quando Uke olha para baixo para procurar o lado direito do quadril do Tori com a mão esquerda (pé esquerdo para a frente), Tori torce seu quadril à sua esquerda, agarra o cano da pistola com a mão direita para apontar o cano da pistola para longe dele, agarra a parte de baixo da pistola com a mão esquerda puxando a pistola para o seu lado direito (usando o movimento do quadril); dobrando o pulso direito para o lado externo do Uke forçando a largar a pistola. Tori, em seguida, atinge Uke no rosto com o fundo do cabo da pistola (kiai).

Pequeno / Médio

Haimen-zuke

Uke vem por trás do Tori.

Uke ordena as mãos ao alto "Te wo agero!" quando Tori chega no centro.

Tori levanta as mãos lentamente. Uke pressiona o cano da pistola contra o meio das costas do Tori (pé direito meio passo à frente). Quando Tori sente a mão do Uke no lado esquerdo de seu quadril, ele abaixa seu ombro direito e gira rapidamente para enfrentar o Uke, pisando à sua direita com o pé esquerdo, a fim de evitar o cano da pistola bloqueando o antebraço direito do Uke no cotovelo contra seu corpo com seu braço direito para que a pistola aponte para cima, ele pega o cano da pistola com a mão esquerda (polegar para cima), controlando-o e, em seguida, girando para a frente rapidamente para o seu lado esquerdo, ele projeta o Uke para baixo para o tatame, tirando a pistola dele. Eles voltam para a sua posição inicial.

Pequeno / Médio



IJF KATA COMMISSION