

Nito no kata

Musô : garde de base en *Nito* : jambe gauche devant, *kodachi* dans la main gauche en position *chudan* et *choken* dans la main droite en position *jodan*.

Uchitachi	Shitachi
Salut	Salut
<p><u>Ippon me</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Musô • 3 pas en avant • ne bouge pas • • casser la garde et 5 petits pas en arrière • Musô 	<ul style="list-style-type: none"> • Musô • 3 pas en avant • Men avec le choken • se repositionne en musô • casser la garde et 5 petits pas en arrière • Musô
<p><u>Nihon me</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Musô • 3 pas en avant • Men avec le choken en avançant • • Revenir au centre en Musô • casser la garde et 5 petits pas en arrière • Musô 	<ul style="list-style-type: none"> • Musô • 3 pas en avant • Pare le Men avec le kodachi en reculant puis porte un Ashi avec le choken • revenir au centre en Musô • casser la garde et 5 petits pas en arrière • Musô
<p><u>Sanbon me</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Musô • 3 pas en avant • ne bouge pas • • casser la garde et 5 petits pas en arrière • Musô 	<ul style="list-style-type: none"> • Musô • 3 pas en avant • Kote au bras gauche avec le choken • se repositionne en Musô • casser la garde et 5 petits pas en arrière • Musô
<p><u>Yonhon me</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Musô • 3 pas en avant • Men avec le choken en avançant puis pare le Men de Shitachi avec son kodachi • • Revenir au centre en Musô • casser la garde et 5 petits pas en arrière • Musô 	<ul style="list-style-type: none"> • Musô • 3 pas en avant • pare le Men avec son kodachi en reculant puis avec son choken porte un Men qui se transforme en Tsuki quand Uchitachi tente de le parer • Revenir au centre en Musô • casser la garde et 5 petits pas en arrière • Musô

Gohon me

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Musô
• 3 pas en avant• Men avec le choken en avançant
• revenir au centre en Musô
• casser la garde et 5 petits pas en arrière• Musô• casser la garde• Salut | <ul style="list-style-type: none">• Kamae jambe droite devant, bras croisés, bras gauche dessus kodachi en position chudan, bras droit dessous choken en position chudan vers l'arrière• 3 pas en avant• pare le Men avec le kodachi en reculant puis porte un Yoko-Do avec le choken• revenir au centre dans la position de départ (ou en Musô?)• casser la garde et 5 petits pas en arrière• Musô• casser la garde• Salut |
|---|--|