

KATAS

JIU-JITSU 2010

TANTO JITSU NO KATA

- *En Choku Ritsu, Tori y Uke a una distancia de 3,5 m. ±. Saludan a Joseki. Tori a la derecha de Joseki. Uke portando el Tanto en el interior del Gi.*
- *Tori y Uke miran hacia Joseki, saludan y Tori dice “Tanto Jitsu No Kata” Fuerte y claro. (no gritando)*
- *Tori y Uke, giran y se miran entre ellos saludan, abren kata (avanzando pie izquierdo y luego derecho “Heiko Dachi”).*

1º.- Ataque: *Uke retrocede pierna derecha sacando el tanto del interior del Gi, agarra con mano izquierda la solapa izquierda de Tori y amenaza con la hoja adelante sobre el lateral izquierdo del cuello de Tori. **Migi Shizen Tai.***

Defensa: *Tori echa la cabeza hacia atrás, a la vez que mano izquierda bloquea con su antebrazo, la derecha agarra la muñeca derecha de Uke, seguido avanza un paso en diagonal con el pie izquierdo y realiza **Hidari Waki Gatame**, en **Jigo Tai**, desarma con mano derecha (*Nikyo hacia adelante*), Uke abandona en pierna izquierda de Tori.*

- *Tori y Uke entran en guardia Hidari Zenkutsu Dachi (retrocediendo). Tori con Tanto en mano derecha (hoja atrás).*
- *Uke abandona la posición de “Zenkutsu Dachi”, pasando a posición “Shizentai”. Recogiendo pierna derecha. Tori Hace lo mismo inmediatamente que Uke inicia el abandono de la guardia.*
- *Tori se desplaza a la posición de inicio, Uke hace lo mismo.*
- *Tori y Uke avanzan pie izquierdo, Tori entrega el Tanto a Uke, ambos se desplazan a la posición de inicio.*

2º.- Ataque: *Uke* con tanto en mano derecha hoja atrás pasa al costado derecho de *Tori*, sujeta el hombro derecho con la mano izquierda y amenaza con el cuchillo(hoja adelante) el costado derecho de *Tori*. ***Hidari Shizen Tai***.

Defensa: *Tori* gira avanzando pie izquierdo y con su brazo derecho desvía el brazo armado hacia la axila, seguido abraza a *Uke*, pegando su cabeza al brazo de *Uke*, le proyecta de ***Migi Harai Goshi***, controlando el brazo armado por la muñeca con mano izquierda, gira a *Uke* boca abajo colocando la rodilla derecha sobre omoplato derecho y desarma con mano derecha (*Kuzure Kote Gaesi hacia abajo*), mirando hacia los pies de *Uke*, *Uke* abandona golpeando sobre el tatami.

- *Tori* entra en guardia *Migi Zenkutsu Dachi* (retrocediendo), con Tanto en mano izquierda (hoja atrás).
- *Uke* se pone en pie entrando en *Migi Zenkutsu Dachi* (retrocediendo).
- *Uke* abandona la posición de “*Zenkutsu Dachi*”, pasando a posición “*Shizentai*”. Recogiendo pierna izquierda. *Tori* Hace lo mismo inmediatamente que *Uke* inicia el abandono de la guardia.
- *Tori* se desplaza a la posición de inicio, *Uke* hace lo mismo.
- *Tori* y *Uke* avanzan pie izquierdo, *Tori* entrega el Tanto a *Uke*, ambos se desplazan a la posición de inicio.

3º.- Ataque: De frente, *Uke* retrocede pie derecho, entrando en guardia ***Hidari Zenkutsu Dachi***, puñalada circular al costado izquierdo (*Kiai*), hoja adelante. Avanzando pie derecho ***Migi Shizen Tai***.

Defensa: *Tori* bloquea adsorbiendo, dando un paso con su pie derecho en diagonal hacia adelante, extendiendo el brazo izquierdo y llevando la mano derecha con la palma hacia delante, sobre el brazo armado, realiza ***Ude Gatame***, y desequilibra a *Uke* hacia delante hasta el suelo, donde desarma con mano derecha (*Kuzure Kote Gaesi hacia abajo*), y controlándole con rodilla izquierda a los riñones y derecha al cuello *Uke* abandona sobre el tatami.

- *Tori y Uke entran en guardia Hidari Zenkutsu Dachi (retrocediendo). Tori con Tanto en mano derecha (hoja atrás).*
- *Uke abandona la posición de “Zenkutsu Dachi”, pasando a posición “Shizentai”. Recogiendo pierna derecha. Tori Hace lo mismo inmediatamente que Uke inicia el abandono de la guardia.*
- *Tori se desplaza a la posición de inicio, Uke hace lo mismo.*
- *Tori y Uke avanzan pie izquierdo, Tori entrega el Tanto a Uke, ambos se desplazan a la posición de inicio.*

4º.- Ataque: De frente, *Uke* retrocede pie derecho, entrando en guardia **Hidari Zenkutsu Dachi**, puñalada circular al costado izquierdo (*Kiai*), hoja adelante. Avanzando pie derecho **Migi Shizen Tai**.

Defensa: *Tori* dando un paso con su pie derecho en diagonal hacia adelante, bloquea extendiendo el brazo izquierdo y agarra la muñeca con mano derecha, desequilibra pasando el brazo de *Uke* hacia delante y realiza **Gokio**, llevando a *Uke* al suelo le controla con la rodilla izquierda sobre el diafragma por detrás y flexionándole el codo y doblando su mano sobre el tatami desarma haciendo **Kuzure Kote Gaesi**, empujando el codo hacia el suelo, *Uke* abandona sobre el tatami

- *Tori* entra en guardia **Migi Zenkutsu Dachi** (retrocediendo), con Tanto en mano izquierda (hoja atrás).
- *Uke* se pone en pie entrando en **Migi Zenkutsu Dachi** (retrocediendo).
- *Uke* abandona la posición de “Zenkutsu Dachi”, pasando a posición “Shizentai”. Recogiendo pierna izquierda. *Tori* Hace lo mismo inmediatamente que *Uke* inicia el abandono de la guardia.
- *Tori* se desplaza a la posición de inicio, *Uke* hace lo mismo.
- *Tori y Uke avanzan pie izquierdo, Tori entrega el Tanto a Uke, ambos se desplazan a la posición de inicio.*

5º.- Ataque: De frente, *Uke* retrocede pie derecho, entrando en guardia ***Hidari Zenkutsu Dachi***, corte de arriba a bajo, hoja hacia adelante. Avanzando pie derecho ***Migi Shizen Tai***.

Defensa: *Tori* bloquea con ***Hidari Jodan Uke*** avanzando pierna derecha y proyecta de ***Migi Ippon Seoi Nage***, seguido gira a *Uke* boca abajo con la rodilla derecha sobre omóplato derecho, desarma con mano derecha, (*bloqueando con mano izquierda la muñeca derecha contra la rodilla izquierda de Tori, Kuzure Kote Gaesi hacia abajo hoja hacia atrás*), mirando hacia los pies. *Uke* abandona sobre el tatami.

- *Tori* entra en guardia *Hidari Zenkutsu Dachi* (retrocediendo), con Tanto en mano derecha (hoja atrás).
- *Uke* se pone en pie entrando en *Hidari Zenkutsu Dachi* (retrocediendo).
- *Uke* abandona la posición de “*Zenkutsu Dachi*”, pasando a posición “*Shizentai*”. Recogiendo pierna derecha. *Tori* Hace lo mismo inmediatamente que *Uke* inicia el abandono de la guardia.
- *Tori* se desplaza a la posición de inicio, *Uke* hace lo mismo.
- *Tori* y *Uke* avanzan pie izquierdo, *Tori* entrega el Tanto a *Uke*, ambos se desplazan a la posición de inicio.

6º.- Ataque: De frente, *Uke* retrocede pie derecho, entrando en guardia ***Hidari Zenkutsu Dachi***, corte de arriba a bajo, hoja hacia adelante. Avanzando pie derecho ***Migi Shizen Tai***.

Defensa: *Tori* se desplaza dando un paso hacia su derecha, haciendo ***Sugi Ashi***, a la vez que bloquea con ***Hidari Shuto Uke*** y golpea la cara de *Uke* con ***Teisho Uchi (Kiaï)***, proyecta de ***Migi O Shoto Otoshi***, gira a *Uke* boca abajo y controlándole con rodilla izquierda a los riñones y derecha al cuello *Uke*, (*bloqueando con mano izquierda la muñeca derecha contra la rodilla izquierda de Tori, Kuzure Kote Gaesi hacia abajo hoja hacia atrás*), *Uke* abandona sobre el Tatami.

- *Tori entra en guardia Migi Zenkutsu Dachi (retrocediendo), con Tanto en mano izquierda (hoja atrás).*
- *Uke se pone en pie entrando en Migi Zenkutsu Dachi (retrocediendo).*
- *Uke abandona la posición de “Zenkutsu Dachi”, pasando a posición “Shizentai”. Recogiendo pierna izquierda. Tori Hace lo mismo inmediatamente que Uke inicia el abandono de la guardia.*
- *Tori se desplaza a la posición de inicio, Uke hace lo mismo.*
- *Tori y Uke avanzan pie izquierdo, Tori entrega el Tanto a Uke, ambos se desplazan a la posición de inicio.*

7º.- Ataque: De frente, *Uke* retrocede pie derecho, entrando en guardia **Hidari Zenkutsu Dachi**, *Uke* intenta pinchar de bajo a arriba (*Kiai*), hoja hacia adelante. Avanzando pie derecho **Migi Shizen Tai**.

Defensa: *Tori* se desplaza hacia adentro, dando un paso con su pie derecho en diagonal en **Sugi Ashi**, y realiza bloqueo de **Gedan Juji Uke**, mano derecha por arriba, se realiza **Ude Garami**, llevando a *Uke* en giro al suelo, desarma con mano derecha (*mano izquierda sobre el muslo derecho de Tori, Kuzure Kote Gaesi hoja hacia atrás*), apoyando rodilla izquierda en riñones y la rodilla derecha en el cuello, *Uke* abandona sobre el *Tatami*.

- *Tori entra en guardia Hidari Zenkutsu Dachi (retrocediendo), con Tanto en mano derecha (hoja atrás).*
- *Uke se pone en pie entrando en Hidari Zenkutsu Dachi (retrocediendo).*
- *Uke abandona la posición de “Zenkutsu Dachi”, pasando a posición “Shizentai”. Recogiendo pierna derecha. Tori Hace lo mismo inmediatamente que Uke inicia el abandono de la guardia.*
- *Tori se desplaza a la posición de inicio, Uke hace lo mismo.*
- *Tori y Uke avanzan pie izquierdo, Tori entrega el Tanto a Uke, ambos se desplazan a la posición de inicio.*

8º.- Ataque: De frente, *Uke* retrocede pie derecho, entrando en guardia ***Hidari Zenkutsu Dachi***, ataca en Zig-Zag, hoja hacia atrás, el primer ataque a cortar en el cuello y el segundo a pinchar la base del cuello (*Kiai*). Avanzando pie derecho ***Migi Shizen Tai***.

Defensa: *Tori* se desplaza dando un paso primero hacia atrás con el pie derecho y ante el segundo ataque se vuelve a desplazar esta vez con el pie izquierdo hacia adelante, realizando bloqueo de ***Morote Uke***, seguido pasa la mano izquierda, rodeando el cuello, a la solapa derecha de *Uke*, y la mano derecha controla la muñeca del brazo armado, *Tori* realiza desplazamiento de ***Migi Ushiro Sabaki*** para realizar ***Mune Gatame***, proyecta de ***Hidari Ko Shoto Gari***, gira boca abajo a *Uke*, realizando ***Kuzure Kote Gaeshi*** con la mano derecha, desarma con mano izquierda, y controlando con las dos rodillas sobre *Uke*, este abandona sobre el tatami.

- *Tori* entra en guardia *Migi Zenkutsu Dachi* (retrocediendo), con Tanto en mano izquierda (hoja atrás).
- *Uke* se pone en pie entrando en *Migi Zenkutsu Dachi* (retrocediendo).
- *Uke* abandona la posición de “*Zenkutsu Dachi*”, pasando a posición “*Shizentai*”. Recogiendo pierna izquierda. *Tori* Hace lo mismo inmediatamente que *Uke* inicia el abandono de la guardia.
- *Tori* y *Uke* avanzan pie izquierdo, *Tori* entrega el Tanto a *Uke*, ambos se desplazan a la posición de inicio.
- *Uke* se guarda el Tanto en el *Gi*.
- Cierran *Kata* (retrocediendo pie derecho y luego izquierdo). Saludan entre sí.
- *Tori* y *Uke* miran hacia *Joseki*, y saludan.

NOTA: *Tori* y *Uke* en cada una de las terminaciones de cada movimiento del *KATA* entrarán en orden alterno.

Migi Hanmi Zenkutsu Dachi con Migi Shuto Uke.

Hidari Hanmi Zenkutsu Dachi con Hidari Shuto Uke.