



ECOLE D'ESCRIME JAPONAISE

38080 Saint Alban de Roche

IAIDO

BATTODO

KENJITSU

KENDO

KOBUJITSU

Mémento



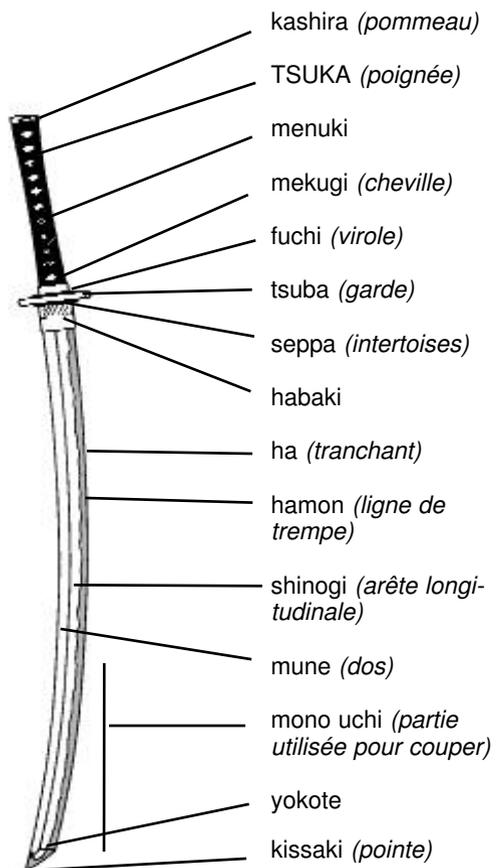
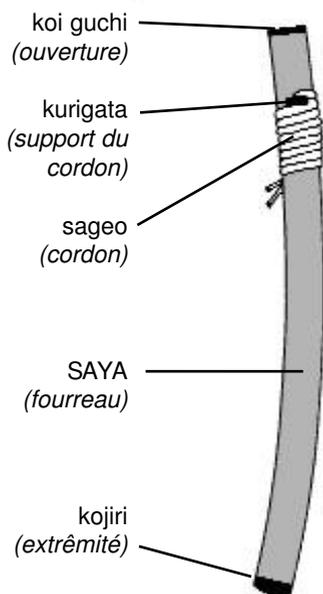
Muso Shinden Ryu Iaido 夢想神伝流居合道

OKADA HA



Maître Okada Morihiro, 8° dan hanshi de kendo et de iaido donnant un cours aux enfants.

Nomenclature du katana



quelques mots de vocabulaire

Arigato : Merci informel

Domo arigato gozaïmasu : Merci très cérémonieux

Dozo : S'il vous plaît, je vous en prie

Gomen nasai : Excusez-moi (reconnaître ses torts)

Onegaïshimasu : S'il vous plaît (lorsque vous demandez quelque chose)

Sumimasen : Excusez-moi (pour attirer l'attention)

Ayumi ashi : Marche normale

Chudan no kamae : Garde moyenne

Fumikomi ashi : Frappe du pied.

Gedan no kamae : Garde basse

Hasso no kamae : Garde avec le sabre sur le côté droit de la tête

Jodan no kamae : Garde haute

Hiraki ashi : Déplacement en arc de cercle

Kamae o toku : Garde brisée (par exemple à la fin d'un kata à deux)

Okuri ashi : Le pied devant se déplace en avant, le pied arrière remonte pour retrouver la posture initiale (" Pas Kendo ")

Seiza : Posture assis à genoux

Seme : Pression (poussée, menace)

Shimeru : Placement des mains sur la poignée dans la coupe

Tate hiza : Posture assise avec le genou droit relevé

Te no uchi : placement des mains sur la poignée

Wakigamae : Garde avec le sabre dissimulé derrière le Hakama, mains à la hanche droite.

Boken, Bokuto : Sabre en bois

Chiburi : Secouer le sang

Dame : Ne pas faire, mauvais

Dan : Echelon, grade

Embu : Démonstration

Furi kaburi : Armer le sabre en préparation de la coupe

Gyaku : Contraire, opposé

Hajime : Commencez

Hanmi : Corps tourné avec un côté en avant

Hayaku : Vite

Hidari : Gauche

Kata : Forme d'entraînement, ou série de schémas

Katate : Tenue d'une seule main

Keiko : Entraînement

Ki : Puissance, énergie, force interne

Kime : Décision. Vivacité d'un mouvement

Kiri / Kiru : Couper

Kokyu : Contrôle de la respiration

Koryu : Ecole traditionnelle ancienne

Kyu : Degré, classification des débutants avant le Shodan

Ma : Intervalle de temps, distance en temps

Maaï : Position, distance dans le temps et dans l'espace

Mae : Devant

Metsuke : Placement du regard

Migi : Droite

Morote : Saisie à deux mains

Naname :Diagonale

Noto : Rengainer le sabre dans la Saya

Nukitsuke : Dégainer et couper (en une seule action)

Otoshi / Oroshi : Descendre / Abaisser

Ryu : Ecole

Saya biki : Action de tirer le fourreau en arrière

Sempaï : Ancien dans la pratique

Senseï : Enseignant

Shinken : Vrai sabre tranchant

Tsuba zeraï : Position rapprochée avec les Tsubas pressées l'une contre l'autre

Tsuki: Coup d'estoc

Waza : Technique

Yame :Arrêtez

Yudansha : Personne avec un grade Dan

Yukkuri : Lentement



*Nakayama Hakudo sensei,
initiateur du iaido actuel*

Muso Shinden Ryu

夢想神伝流

Les noms des kata

順 刀 7 junto	流 刀 6 ryuto	陰 陽 進 退 5 inyoshintai	当 刀 4 atarito	右 刀 3 uto	左 刀 2 sato	初 發 刀 1 shohatto	大 森 流
拔 刀 12 batto	逆 手 陰 陽 進 退 11 gyakute inyoshintai	虎 乱 刀 10 koranto	勢 中 刀 9 seichuto	逆 刀 8 gyakuto			

OMORI RYU (shoden)

振 打 10 nukiuchi	滝 落 8 namigaeshi	浪 返 返 7 uroko gaeshi	鱗 返 浪 6 iwanami	岩 浪 5 (yama) oroshi	瘋 雲 4 ukigumo	浮 雲 3 inazuma	稻 妻 2 tora issoku	虎 一 足 1 yoko gumo	長 谷 川 英 信 流
---------------------------	----------------------------	-----------------------------------	------------------------------	-------------------------------	-------------------------	-------------------------	-----------------------------	--------------------------------	----------------------------

HASEGAWA EISHIN RYU (chuden)



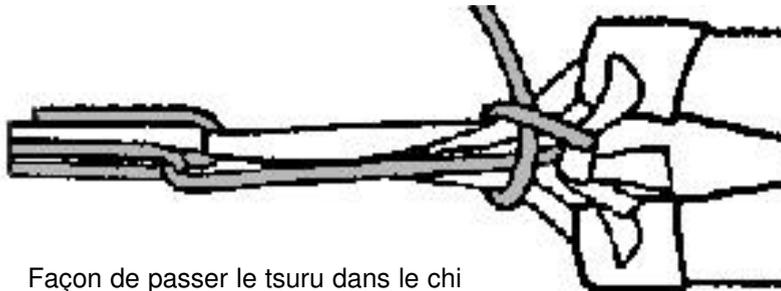
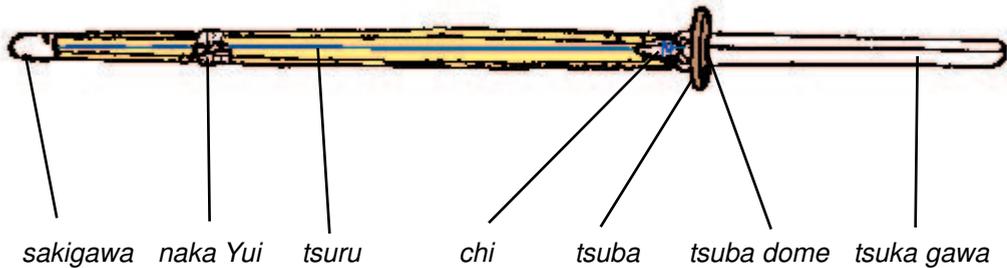
Kendo

Kendo à la période Meiji

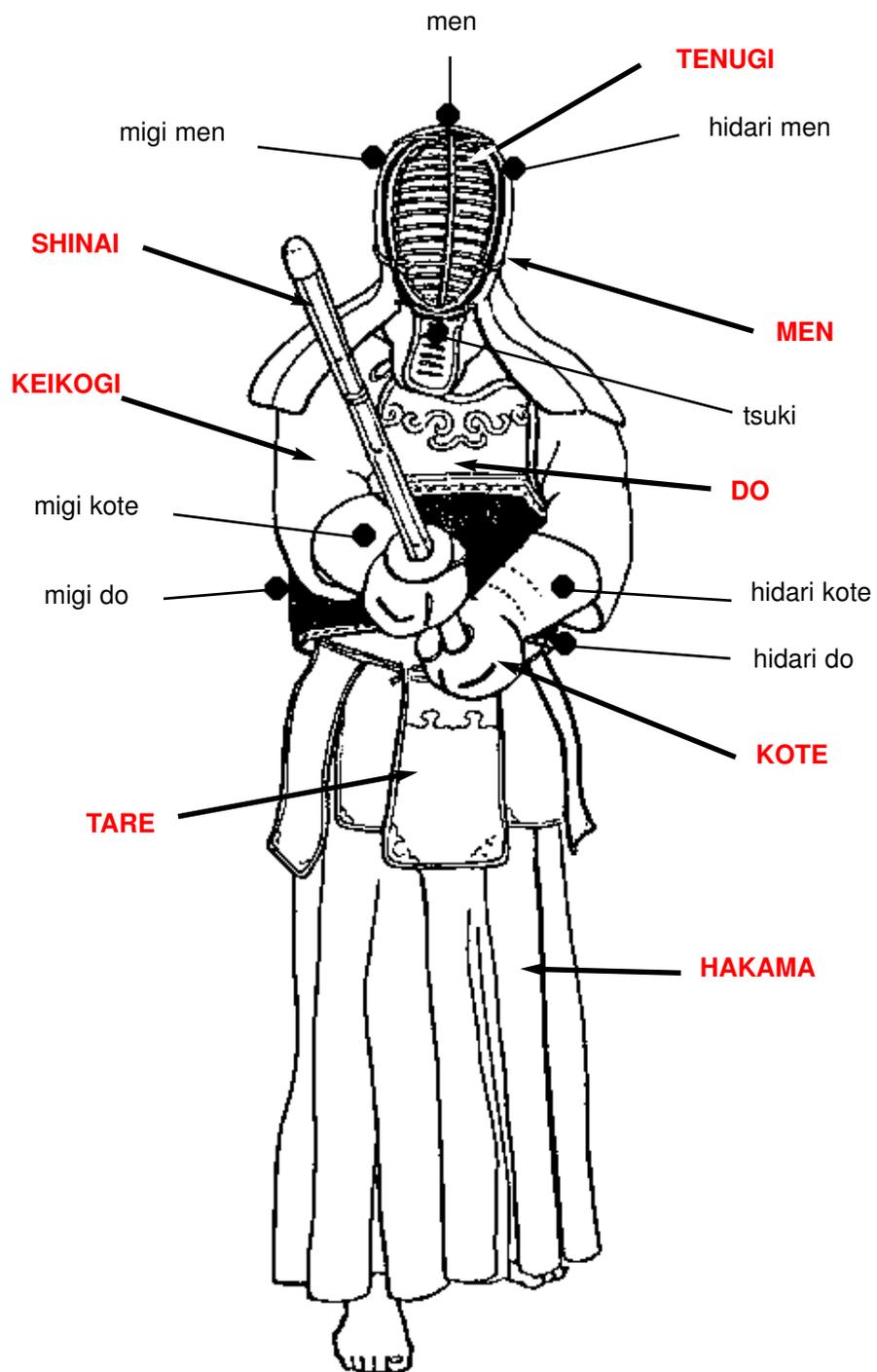


LE SHINAI

Le shinai, ou sabre d'entraînement fut inventé vers 1750 par Nakamichi Chûta de l'école Itto ryu. Le premier shinai était fait de 32 morceaux de roseau recouvert de toile. Il fut rapidement modifié par Nakamichi pour être constitué de 4 lames de bambou, maintenues par des éléments en cuir souple .



Façon de passer le tsuru dans le chi



L'équipement

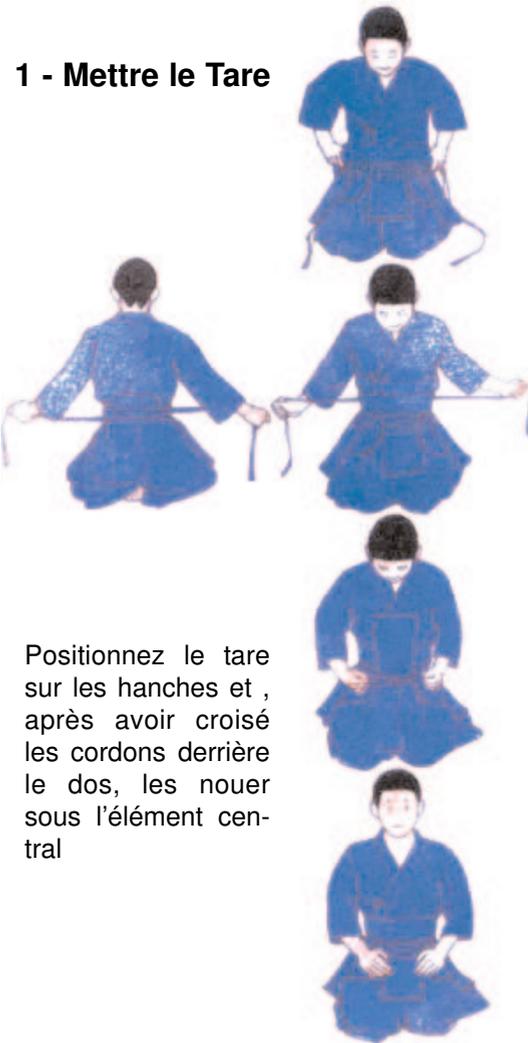
en rouge, le accessoires

en noir, les points de frappes sur l'armure

Mettre l'armure de kendo

L'armure se revet à partir de la position seiza (à genoux).

1 - Mettre le Tare



2 - Mettre le do

Positionnez le do sur les hanches. Nouez le cordons sur le haut (voir le détail du noeud plus loin). Puis nouez les cordons du bas dans le dos. Veillez à ce que le plastron ne soit pas trop bas sur les hanches afin qu'il remplisse pleinement sa fonction de protection.



3 - Mettre le tenugi



Le tenugi est destiné à absorber la sueur, afin d'éviter qu'elle ne coule dans les yeux. Il doit être suffisamment serré pour ne pas bouger lors de l'entraînement.

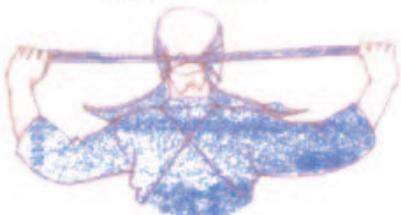
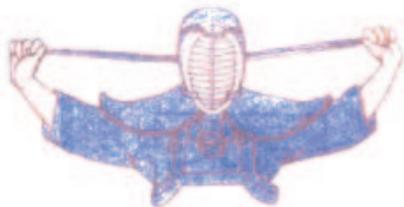
4 - Mettre le men



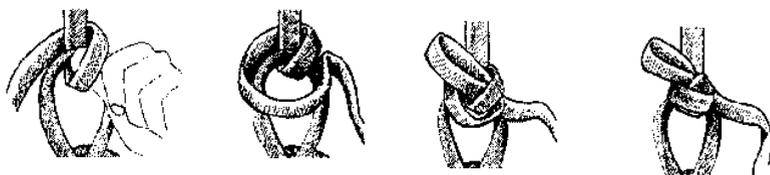
Veillez à ce que les cordons du men soient bien en place lorsque vous le mettez sur votre tête. Le tenugi ne doit pas bouger dans cette action.

5 - Mettre les kote

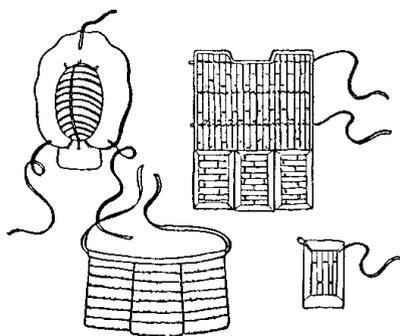
Equilibrez correctement la longueur des cordons du men et placez les dans votre dos.



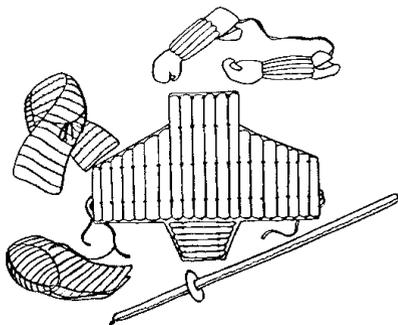
Comment nouer les cordons sur le do



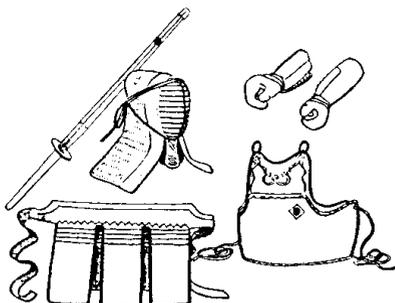
L'évolution de l'armure de kendo



18^{ème} siècle



19^{ème} siècle



20^{ème} siècle

Commandements de début de cours

SEIZA : A genoux

MOKUSO : Méditation

MOKUSO YAME : Arrêt de la méditation

KIRITSU : Debout

SHINZEN NI...REI : Salut à l'autel du dojo

SEIZA : A genoux

SENSEI(GATA) NI...REI : Salut au(x) professeur(s)

O TAGAI NI...REI : Salut entre pratiquants en l'absence du professeur

MEN O TSUKE : Mettre le Men (Kendo)

TO NI...REI : Salut au sabre.(laido)

Commandements de fin de cours

YAME : Arrêtez

SEIZA : A genoux

MEN O TORE : Retirer le Men (Kendo)

TO NI...REI : Salut au sabre (laido)

MOKUSO : Méditation

MOKUSO YAME : Arrêt de la méditation

SENSEI(GATA) NI...REI : Salut au(x) professeur(s)

KIRITSU : Debout

SHINZEN NI...REI : Salut à l'autel du dojo

SEIZA : A genoux

O TAGAI NI...REI : Salut entre pratiquants



SEITEI TOHO BATTODO



*Kato sensei effectuant tenshin
Ryu*

Ecole de coupe cofondée par Kato Shinji sensei, hanshi 9° dan de battodo, le seitei battodo est fidèle à l'esprit des budo anciens. Il se pratique seul ou à deux en s'inspirant du shinken (duels au sabre). Le battodo n'a rien à voir avec le tameshigiri, technique uniquement destinée à tester la coupe.

C'est une pratique indissociable du iaido, du kenjitsu, voire du kendo, tant par l'esprit qui le motive que par sa démarche technique et sa complexité.



Shoden ipponme

Shoden gohonme



SEITEI TOHO BATTO DO

Shoden

Ipponme
Nihonme
Sanbonme
Yohonme
Gohonme

Chuden

Ipponme
Nihonme
Sanbonme
Yohonme
Gohonme



Kato sensei, Shoden sanbonme

Suwari waza Yohonme
Gohonme

Shinjokugiri

Tsuyubarai



Kumitachi, nihonme

Durand Sensei, 7ème dan kyoshi

Okuden

Ipponme
Nihonme
Sanbonme
Yohonme
Gohonme

Kumi tachi

Tachi waza Ipponme
Nihonme
Sanbonme



鞍

Kurama Ryu Kenjitsu

馬

Kurama ryu a été fondée à la fin du 16ème siècle par ONO Shokan près de Kyoto. Cette école de kenjitsu comprend sept formes qui résument les techniques les plus diverses du sabre japonais. L'extrême condensé qu'elle en fait en représente l'immense complexité.

流

KURAMA RYU NO KATA

正党剣 閃電 燕飛

1

2

3

青眼 変化 気相 水車

4

5

6

7

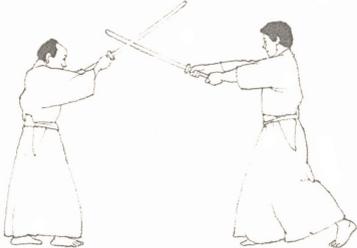
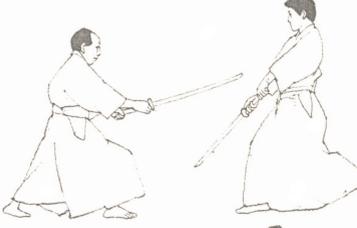
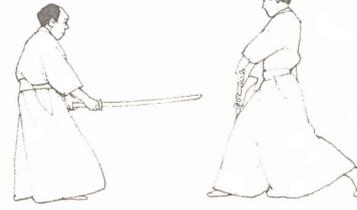
竹刀剣道への応用
指導/岡田守弘

「変化」
打本刀は上段、仕本刀は正眼で互いに歩み寄り、一歩踏み込み、打本刀は一歩退いて八相になり、次に仕本刀の面は打ち込み、仕本刀は、打本刀の刃をすり落とし、すかさず水月を突いて勝つ。

仕本刀が打本刀の刃をすり落とし、一歩退いて打本刀の「気」を抜き、打本刀の鞘が傾きつた瞬間に、前に出ながらすり落としするのである。すり落としたとき、仕本刀の剣先はあくまでも正中線を一（く）に右に「は」ずれてはならない。つまり、次に水月を突く際、刀をどすような動作があってはならないのである。

稽古表を学んだ岡田守弘先生



- 1 - Seitoken
- 2 - Senden
- 3 - Enpi
- 4 - Seigan
- 5 - Henka
- 6 - Kiso
- 7 - Suicha

Henka, technique maki otoshi commentée par Okada sensei



KOBU JITSU (JUJITSU)

柔術



Maître Kawashi

Le kobu jitsu est une forme ancienne de jujitsu qui fut introduite en occident par maître Kawashi au milieu du 20^{ème} siècle. On y retrouve un certain nombre de technique en vigueur dans le judo. Kawashi sensei était un élève direct de Kano Jigoro sensei. Il fut à l'origine du développement du judo et jujitsu en Europe.



Maître Jigoro Kano (au centre avec la canne)



Dessins tirés d'ouvrage anciens, illustrant des techniques de kobujitsu

Classement des techniques

Ate waza, techniques de frappes

Ude ate waza: techniques de frappes à l'aide du membre supérieur.

Ashi ate waza: techniques de frappes à l'aide du membre inférieur.

Nage waza, techniques de projections

Ashi waza: techniques de jambes

Koshi waza: techniques de hanches

Kata waza: techniques d'épaules

Te waza: techniques de mains

Sutemi waza: techniques de projection "sacrifice"

Katame waza, techniques d'immobilisations au sol

Kansetsu waza, techniques de clés

Ude kansetsu waza: techniques de clés de bras

Ashi kansetsu waza: techniques de clés de jambes

Kubi kansetsu waza: techniques de clés de cou

Shime waza, techniques de strangulations

A ces techniques se rajoutent tout ce qui concerne :

- les actions de parades et d'évitements,*
- les actions sur les points sensibles du corps par pression ou pincement,*
- les techniques de dégagement ...etc.*



Jujitsu en 1921, après que Kano sensei ait fait découvrir à l'occident les techniques japonaises du jujitsu