

**KATA 02**



**UKE  
NAGASHI**

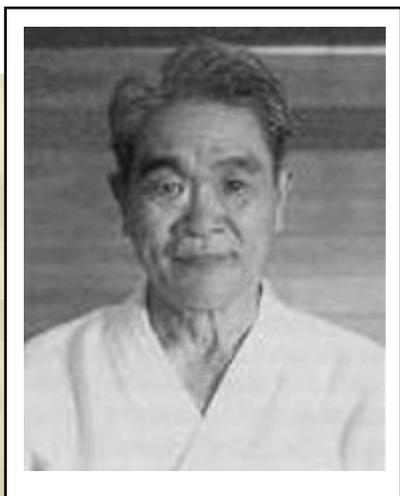
**—**

**IKKYO**

# ***AVERTISSEMENT***

Ce qui suit ne possède pas pour prétention d'être  
une référence.

Il s'agit simplement d'une proposition d'aide  
au débutant désirant posséder une base écrite.



**NISHIO Shoji Sensei.**  
**5 Décembre 1927 – 15 Mars 2005.**  
**8 ième dan Aïkido / 8 ième dan Iaïdo**  
**7 ième dan Karaté / 5 ième dan Judo.**  
**CREATEUR du style AÏKIDO TOHO IAÏ.**

NISHIO Sensei est né à Aomori, dans le Nord du Japon en 1927. Ses débuts au sein des arts martiaux dès l'âge de 18 ans se sont focalisés sur le judo et le karaté.

# 合氣道

C'est au printemps 1951 ( Il avait alors 24 ans ) qu'il frappe à la porte de l'Aikikai et devient élève de O'Sensei Morihei Ueshiba. En 1955, il se met à pratiquer le Iaïdo et le Jodo. Ces deux disciplines lui permettent de mieux comprendre et développer son Aïkido dans la direction indiquée par le fondateur, qui insistait sur la filiation de son art à mains nues avec la pratique et la voie du sabre.

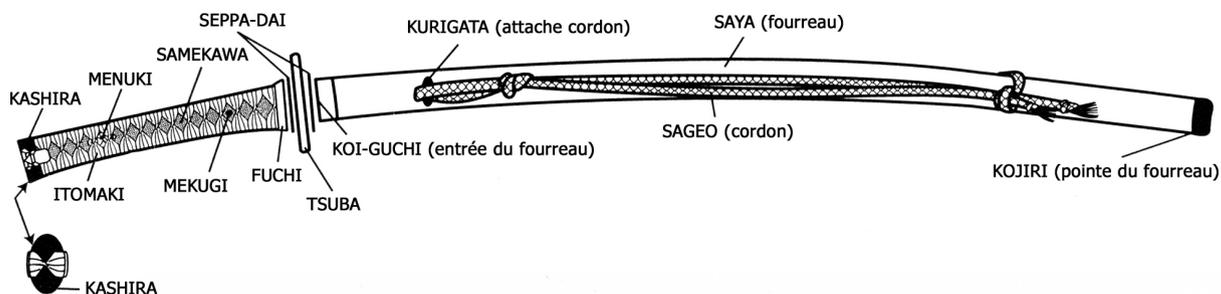
Après 14 ans d'enseignement comme disciple direct de O'Sensei, Il cherche à approfondir ses connaissances en Kenjutsu, Kendo et Iaïdo. Il quitte l'Aikikai tout en conservant de bonnes relations avec la maison mère et crée sa propre école de Iaï : Le Iaïdo Toho. Expert de génie, son Aïkido est fortement influencé par la pratique du sabre et le travail des armes occupe une place prépondérante dans son enseignement.



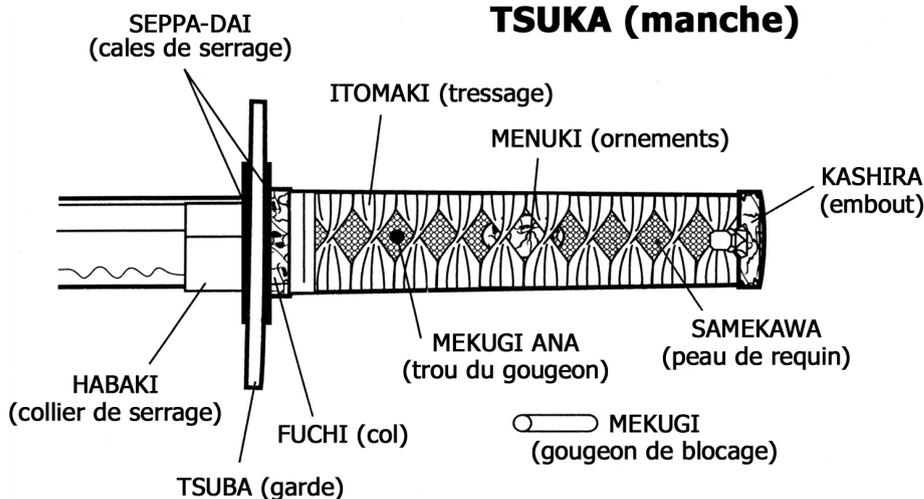
# KATANA

## SABRE JAPONAIS

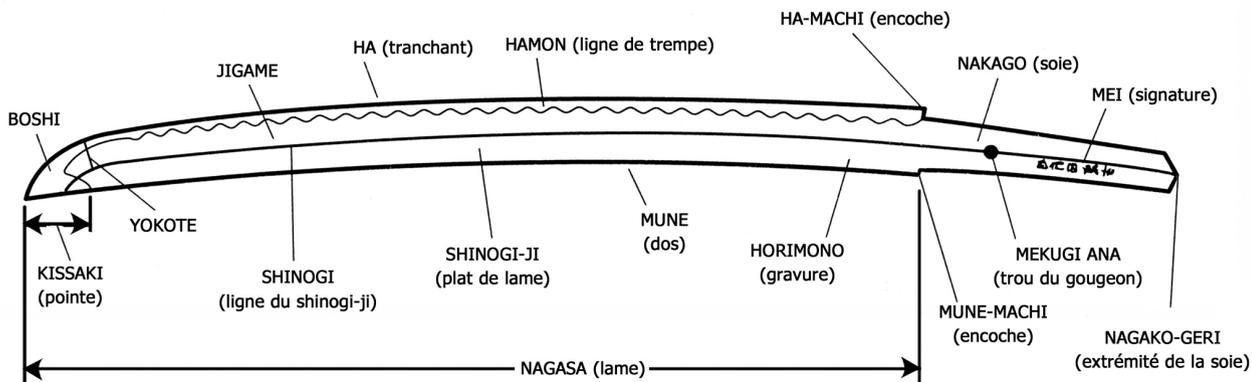
principales composantes du sabre



### TSUKA (manche)



### TSUBA (garde)



## LISTE DES MOUVEMENTS

Numéro	Appellation IAIDO	Correspondance en AIKIDO
1	Shohatto	Maegiri
2	Ukenagashi	Ikkyo
3	Ushirogiri	Kaitennage
4	Zengogiri	Aihanmi shihonage
5	Sayugiri	Gyakuhanmi shihonage
6	Tsukaosae	Gyakuhanmi nikkyo
7	Tekubiosae	Aihanmi nikkyo
8	Kawashitsuki	Tsuki sankyo
9	Tsukekomi	Tsuki kotegaeshi
10	Tsume	Irimi
11	Sanbo	Sankyo
12	Shiho	Shomen shihonage
13	Nukiawase	Gokyo
14	Todome	Yonkyo
15	Suemonogiri	Suemonogiri

# UKE NAGASHI IKKYO

**UKE NAGASHI** : Protection avec changement de direction de l'attaque.

UKE  
NAGERERU

Recevoir / Obtenir.  
Couler / S'écouler / Ruisseler.

**IKKYO (IKKAJO)** : Premier principe d'immobilisation.

*Ancienne appellation*

UDE  
OSAE

Bras / Avant bras.  
Immobilisation.

## QUELQUES MOTS SUR ...

Ce mouvement consiste à dégainer pour d'abord parer une attaque adverse, engendrant ainsi un contre sur lequel vient glisser le sabre ennemi. Vient ensuite la coupe diagonale de revers s'engouffrant dans l'ouverture de l'attaque.

On associe parfois UKE NAGASHI à GYAKU YOKOMEN (Yokomen « à l'envers »)

### **NOTE**



Les applications proposées espèrent accroître la perception de la situation dont le Kata est l'épure. Sans établir un parallélisme direct, elles essaient d'orienter la pratique du mouvement en conservant un lien avec la réalité d'un conflit.

















## *fin du kata 02 : UKE NAGASHI IKKYO*

**CHIBURI** Action consistant à égoutter le sang de la lame lorsque les coupes sont réalisées.  
**NOTO** Action consistant à replacer l'arme dans son fourreau ( *SAYA* ).



Lors du **CHIBURI**, le sabre est déplacé vers la droite, son tranchant orienté vers l'extérieur. La lame n'est pas horizontale mais présente une légère pente descendante afin que le sang ne s'écoule pas vers la garde ( *TSUBA* ). Avant de commencer le **NOTO**, on vérifiera la concordance entre le sens du fourreau et le sens de l'épée



Une fois la lame ramenée vers le fourreau ( *SAYA* ), le pouce et l'index forment une « gouttière » dans laquelle le bord non tranchant ( *MUNE* ) du Katana coulissera. C'est ainsi que la pointe du sabre ( *KISSAKI* ) atteint l'entrée du fourreau ( *KOIGUCHI* ). Une souplesse au niveau **DES** poignets s'avère alors nécessaire pour permettre l'entrée de la lame : La main gauche positionne le fourreau ( *SAYA* ) et permet autant le rengainé que la main droite.

Lorsque le sabre se rengaine, il est maintenu par le pouce et l'index de la main gauche contre la garde ( *TSUBA* ).





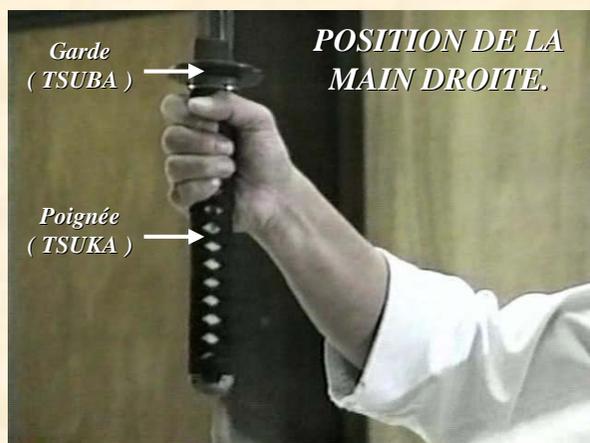
# *TSUKA NO NIGIRI KATA*

TSUKA  
NIGIRI  
KATA

Poignée / Manche du sabre long ( KATANA ).  
de NIGIRU Attraper / Saisir.  
Forme / Modèle / Prototype / Epure.

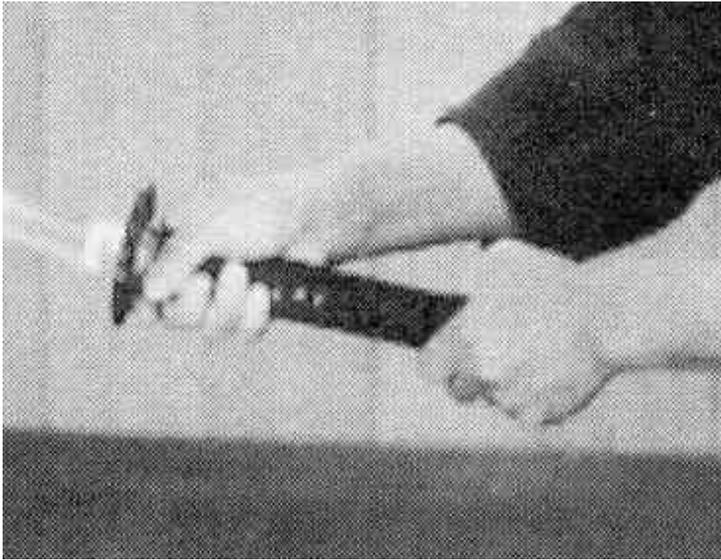
**Action consistant à SAISIR le sabre par la poignée ( TSUKA ).**

Il s'agit donc de la technique destinée à maintenir correctement un sabre hors de son fourreau.



- La main gauche tient l'extrémité de la poignée ( TSUKA ) en concentrant la saisie sur la partie basse de la main.
- La main droite vient saisir la poignée ( TSUKA ) à proximité de la garde ( TSUBA ).
- Une distance d'environ un poing sépare les deux mains.

Les deux mains tiennent la poignée ( TSUKA ) avec fermeté mais souplesse, la principale difficulté consistant à serrer le plus naturellement possible sans y attacher une force excessive.



On retrouve ci-dessus une saisie correcte de l'arme lors d'une garde classique. L'espace entre les mains permet une mobilité de l'arme dans l'action par effet de levier comme il empêche un blocage des poignets par des positions trop proches. Les coudes et épaules sont alors toniques tout en conservant une position naturelle.

Il est important de comprendre qu'une saisie inadaptée engendre systématiquement une crispation des épaules ainsi qu'un *fort* ralentissement de l'action.

### QUELQUES ERREURS CLASSIQUES :

- 1 – Ne pas laisser ses doigts au dessus de la garde.
- 2 – Ne pas placer ses deux mains trop basses ou trop éloignées de la garde.

