

C'est le kata du ju-jitsu. Les attaques sont portées à mains nues, au couteau, au sabre ou au revolver.

Son histoire :

Second kata de combat (shinken-shobu-no-kata) du kodokan (est de ce fait, appelé parfois shin kime no kata). C'est un kata de self défense tout comme le kime no kata, pourvu du esprit de décision (kime). La différence est qu'il s'agit là non pas d'un kata traditionnel ancien, mais d'une composition datant de janvier 1956 seulement, donc bien après la mort de Kano Jigoro. Ce kata, maintenant classique du kodokan, a en effet été introduit dans la pratique du judo après qu'un comité d'experts de l'institut kodokan (dont les plus hauts gradés : kotani, Tomiki et Osawa) l'ait mis au point pendant trois ans. Il faut donc le considérer comme un ajout moderne au kata de judo, rendue nécessaire parce que l'époque actuelle a obligé à envisager des situations d'agression différentes de celles d'autrefois, notamment par l'usage possible d'armes à feu. Le Goshin-jutsu du kodokan doit être considéré comme un nouveau Kime no kata (shin kime no kata), avec de nombreuses similitudes techniques.

Le kata composé de 21 techniques de défense personnelle sur des attaques plus variées et parfois plus réalistes (par exemple contre menace d'armes à feu) que celles de l'ancien kime no kata : sa première partie (12 techniques) est consacrée aux attaques sans l'aide d'une arme (toshunobu), la seconde (9 techniques) étudie des attaques portées avec l'aide d'une arme (bukinobu). Il conserve cependant une facture spécifiquement "judo" dans l'esprit comme dans la technique, quoiqu'à usage non sportif. Avec le souci de vitesse, précision, décision et contrôle dans le mouvement, à la fois pour uke et pour Tori. De nombreuses techniques utilisées sont proches de celles de l'aikido (influence du Tomiki-ryu-Aikido), reposant sur le principe de la portion de la main (kote-gaeshi) ou sur celui du retournement de la main (kote-hineri).

Ouverture du Kata :

Uke a son revolver dans son Kimono, et tient la dague et le bâton dans sa main droite (dague côté intérieur) Tori est à la gauche de Joseki

Tori et Uke sont à 6 mètres l'un de l'autre, talons joints.

Tori et Uke saluent le Joseki en Ritzu-rei. Tori et Uke se saluent mutuellement.

Uke se tourne vers le Joseki en reculant le pied droit ("virgule"), fait 3 à 4 pas, se met à genoux et dépose ses armes (couteau, bâton puis revolver) en les tenant à deux mains, devant lui (manches de la dague et du bâton à droite, crosse du revolver à droite et tournée vers lui)

Uke se relève et vient reprendre sa place initiale. Tori et Uke ouvrent le kata (pied gauche puis droit). Ils sont alors à environ 4 mètres l'un de l'autre, pour toutes les techniques.

Tori et Uke avancent l'un vers l'autre pour exécuter la première technique.

NB : Chaque Atemi est accompagné du Kiai.

Tori et Uke changent de place à chaque technique, mais reprennent leurs places initiales à chaque changement de série.

N°1 : Ryote dori

Saisie des deux poignets et Hiza-Geri droit au bas ventre en avançant



Tori recule son pied gauche et tire ses poings près des hanches pour amener le déséquilibre de uke, dégagement du poignet droit, Shuto droit à la tempe, saisie du poignet droit, Tori tire légèrement le bras de uke et se positionne pour appliquer Ude-gatame sur le

bras, Uke en léger déséquilibre arrière.

N°2 : Hidari eri dori

Saisie du revers gauche de Tori de la main droite, en poussant



Tori tire sur son revers tout en reculant pour déséquilibrer Uke, Atemi au visage du dessus de la main droite, saisie du poignet droit de la main droite et saisie du coude (avec main gauche), Tori applique la clé (poignet + coude) en avançant, ce qui précipite Uke au sol, contrôle en Ude-Gatame avec genou gauche en contrôle.

N°3 : Migi eri dori

Saisie du revers droit de la main droite, et traction en reculant la jambe gauche



Contrôle du poing qui saisit le revers, Age-Tsuki au menton, saisie de la main pour placer Kote-Gaeshi. Tori lâche et laisse chuter Uke (chute plaquée).

N°4 : Kata ude dori

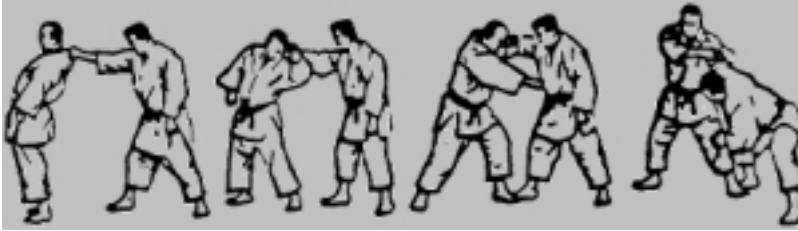
Saisie par l'arrière du poignet droit de Tori et poussée avec main gauche sur le coude droit pour faire avancer Tori (jambe gauche d'abord)



Tori accélère son déplacement (gauche, droite, gauche). Le 3e pas (pied gauche) de Tori est un demi-cercle vers la droite. Tori porte alors Yoko-Geri droit à l'intérieur du genou gauche de Uke, puis de sa main droite (entre pouce et index) il saisit la main droite de Uke, tire légèrement le bras de Uke et se place pour appliquer Waki-Gatame.

N°5 : Ushiro eri dori

Saisie arrière du col de la main droite au 3e pas (Uke et Tori avancent jambe gauche d'abord).



Dés la saisie Tori pivote sur sa gauche, fait Uchi-Uke gauche et Gyaku-Tsuki droit au plexus, Tori contrôle le bras de uke avec sa tête puis le retourne (coude vers le haut) pour placer un contrôle en Ude-Gatame sur bras droit. Pour ce faire, Tori peut faire un ou deux pas en tsugi-ashi.

N°6 : Ushiro jime

Etranglement arrière (Hadaka-Jime bras droit) au 3e pas



Tori se dégage en saisissant le bras droit de Uke à deux mains puis en pivotant sur sa gauche. Uke en contrôle, Tori accentue la clé à l'aide de son épaule droite sur le coude de Uke afin d'engendrer un recul de Uke (en léger déséquilibre). Tori contrôle alors le coude de Uke de sa main droite (sans lâcher le poignet), effectue une pression tout en reculant et contrôle le bras de Uke une fois au sol.

N°7 : Kakae dori

Ceinture arrière par-dessus les bras au 3e pas



Tori sort ses coudes, Kakato-Geri droit sur pied droit de Uke, torsion poignet droit avec la main gauche tout en se déplaçant et contrôle en Ude-gatame (bras tendu près du corps, à côté de uke), Tori recule le pied droit puis projette Uke en maintenant la pression sur le coude

droit (Ude-Kime-Nage). Chute plaquée.

Uke et Tori reprennent leurs places initiales

N°8 : Naname uchi

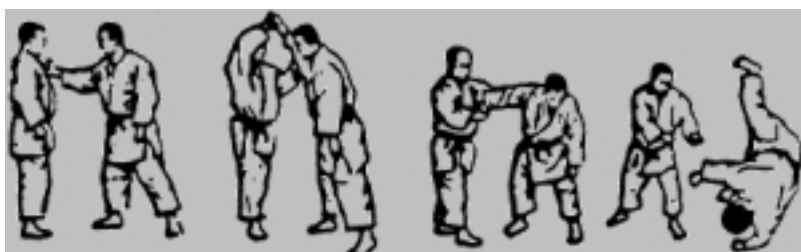
Uchi-Oroshi droit (Atemi du dessous du poing en biais de haut en bas). Uke se déplace (gauche, droite, gauche) puis dernier pas à droite pour l'atemi.



Esquive du poing de la main gauche avec pivot arrière sur pied gauche, Tsuki droit au menton, pression sur le cou de Uke de la main droite (entre pouce et index), Tori place sa main sur le coude droit de Uke et le pousse vers l'intérieur (léger déséquilibre), O-Soto-Otoshi avec contrôle au sol en maintenant la pression sur le coude et sur le cou. Tori peut contrôler à l'aide de son genou droit.

N°9 : Age tsuki

Uke se déplace (gauche, droite, gauche) puis dernier pas à droite pour Age-Tsuki droit au menton.



Esquive (en réculant jambe droite et le haut du corps), saisie du poignet avec main droite (pouce en bas) et du coude avec main gauche (pouce dans le creux du coude), Tori descend le poignet de Uke (et monte donc le coude), puis avance pied gauche en poussant le coude vers l'oreille de Uke pour provoquer la chute (plaquée) de Uke.

N°10 : Ganmen tsuki

Garde classique (pied gauche devant), Tsugi-Ashi (sur 3 pas) puis Ganmen-Uchi gauche au visage



Tai-Sabaki à droite, Atemi poing droit sous l'aisselle puis Hadaka-Jime, Uke abandonne, Tori laisse tomber Uke sur le dos en le tirant par les épaules sans brutalité.

N°11 : Mae-Geri au bas ventre

Uke se déplace (gauche, droite, gauche) puis dernier pas à droite pour Mae-geri.



Tai-Sabaki à gauche, saisie de la jambe (de la main gauche), torsion du pied vers la gauche (main droite) en "ouvrant", puis poussée (chute arrière de Uke).

N°12 : Yoko geri

Uke et tori avancent l'un vers l'autre, Uke se décale sur la gauche et frappe Yoko-Geri droit au flanc.



Parade bras droit (gedan-barai) qui fait pivoter Uke vers sa gauche (se retrouve de dos), Tori saisit les épaules de Uke et le tire pour le faire chuter sur le dos, Tori met alors son genou gauche au sol, le droit est censé atteindre le dos de Uke, Tori retire rapidement son genou droit en pivotant vers la droite lorsque Uke chute sur l'arrière. Uke profite de la dynamique de la chute pour rouler sur son épaule droite et se redresser assis, à l'inverse des armes.

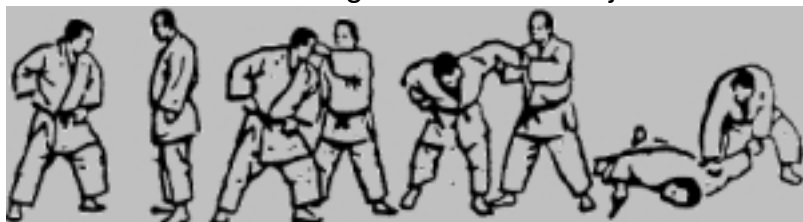
Uke et Tori reprennent leurs places initiales

Uke se dirige vers les armes, met le genou gauche au sol, et prend la dague qu'il met

**dans son Kimono, se relève et retourne à sa place
Tori et Uke viennent l'un vers l'autre**

N°13 : Tsukkake

Uke tente de sortir la dague en reculant la jambe droite



De sa main droite, Tori pousse fortement le coude gauche de Uke vers l'intérieur, et donne un Ate mi main ouverte (Teisho) au visage de la main gauche, amène Uke au sol par pression sur le coude et contrôle

Uke replace la dague dans son Kimono

N°14 : Choku zuki

Uke sort la dague et attaque de pointe en avançant jambe droite



Parade main gauche, de l'extérieur vers l'intérieur, et dans le même temps porte Ate mi du poing au visage, conclusion en Waki-Gatame

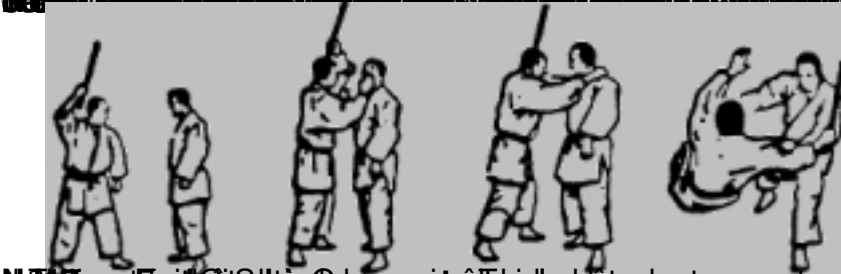
Uke replace la dague dans son Kimono

N°15 : Naname zuki

Uke attaque de haut en bas (pointe vers le sol), jambe droite devant



Né (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras)



Né (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras)



Né (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras)



Né (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras)



Né (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras)



Né (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras)



Né (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras) (pas de bras)