

Koshiki no Kata – Textbook Kodokan vs Daigo

Technique	Textbook Kodokan (résumé)	Daigo (résumé)
<p>1. Tai</p> 	<p>Uke tente Koshi-nage. Tori en Jigo-tai, main sous aisselle, contrôle poitrine, recule en tsugi-ashi, genou droit au sol et projette arrière. Uke chute puis Kaikyaku-choza.</p>	<p>Uke avance 6 pas et tente Koshi-nage. Tori déséquilibre sur 4 pas et projette. Uke peut chuter latéralement pour éviter le genou.</p>
<p>2. Yume no Uchi</p> 	<p>Même attaque que Tai. Tori change l'axe, passe au-dessus du coude, recule, s'allonge et projette type Yoko-wakare.</p>	<p>Même attaque que Tai. Uke recule pied gauche pour éviter, puis Tori projette type Yoko-wakare. Les 4 pieds alignés.</p>
<p>3. Ryoku-hi</p> 	<p>Uke croise les mains. Tori saisit poignet/coude, déséquilibre avant-droit, soulève, recule genou gauche au sol et projette fort arrière.</p>	<p>Uke croise les mains pour bloquer dégainé. Tori monte Uke sur pointes avant de projeter.</p>
<p>4. Mizu Guruma</p> 	<p>Même départ que Ryoku-hi. Tori tire bas, Uke résiste. Tori avance, pousse poignet au front, ceinture les hanches et projette type Yume no Uchi.</p>	<p>Uke tire bras vers le bas, Tori le remonte. Après 4 pas, Uke bloque avec jambe gauche. Projection : les 4 pieds alignés.</p>

5. Mizu Nagare



Uke simule poignard, tente saisie armure. Tori recule en tirant bras, soulève aisselle, change direction, genou droit au sol et projette avant.

Uke agit comme pour poignarder. Tori recule en tsugi-ashi, soulève coude puis change direction et projette.

6. Hiki Otoshi



Uke tente saisir arme. Tori recule, saisit poignet et avant-bras, continue en reculant, genou gauche au sol et projette avant-bas.

Uke tente saisir katana côté gauche. Tori recule pour créer distance et projette en tirant bras.

7. Ko Daore



Tori attaque Te-gatana. Uke saisit poignet et ceinture pour Koshi-nage. Tori contrôle visage/hanche, recule, genou gauche au sol et projette arrière.

Tori attaque au katana entre les yeux. Uke esquive et tente Koshi-nage. Tori recule et projette.

8. Uchi Kudaki



Tori pique plexus. Uke dévie et tente Koshi-nage. Tori vrille poignet, saisit hanche, recule, genou droit au sol et projette arrière.

Tori attaque au katana main gauche. Uke tente Koshi-nage. Tori se penche, saisit et projette arrière.

9. Tani Otoshi



Uke pousse épaules et ventre par derrière. Tori avance pied droit, saisit main, contrôle hanche, recule, genou droit au sol et projette en vallée.

Uke place pied derrière et veut plier Tori. Tori plie, tire doigts d'Uke et élève bras (limité par armure).

10. Kuruma Daore



Uke tire épaules. Tori pivote, se place, glisse mains sous aisselles, soulève et s'allonge pour projeter en roue (Dai-no-ji).

Uke vrille Tori. Tori se retourne et projette. Les 4 pieds sur une ligne. Légère diagonale permet chute droite.

11. Shikoro Dori



Uke cherche ceinture. Tori saisit poignet et pousse mâchoire en diagonale, puis deux mains aux épaules, recule genou gauche au sol et projette arrière.

Uke veut saisir ceinture. Tori place pouce sous oreille (carotide) et doigts sous menton (kabuto).

12. Shikoro Gaeshi



Uke saisit ceinture et tire. Tori contrôle tête (tempe/mâchoire), soulève, place jambe et fauche arrière : chute dos, Tori en Kaikyaku-choza.

Uke tire ceinture. Tori repousse casque et fait tourner tête d'Uke.

13. Yu Dachi



Tori prend revers sous mâchoire. Uke pousse coude et tente Koshinage. Tori passe bras d'Uke sous son aisselle, recule, genou gauche au sol et projette avant.

Doigt entre revers pour appuyer gorge avant projection. Attaque soudaine comme une averse.

14. Taki Otoshi



Même prise que Yu Dachii avec pression gorge. Tori déséquilibre et entraîne chute en cascade avant.

Même principe : doigt presse gorge, projection type chute en cascade.

15. Mi Kudaki



Ura. Contrôle haut du tronc et pression descendante avant renversement.

Écrasement du corps d'Uke, pression franche avant renversement.

16. Kuruma Gaeshi



Ura. Renversement circulaire utilisant la rotation d'Uke.

Contre circulaire : retour de la roue engagée.

17. Mizu Iri



Ura. Engagement fluide, absorption avant redirection.

Entrée fluide, sans heurt, avant l'amenée.

18. Ryu Setsu



Ura. Rupture nette d'un flux avant renversement.

Briser d'un coup net un flux puissant.

19. Saka Otoshi



Ura. Chute en pente, glissement du centre d'Uke vers le vide.

Chute en pente, utiliser le dévers pour déséquilibrer.

20. Yuki Ore



Ura. Structure fragile qui cède net, cassure franche.

Neige qui cède net : cassure franche.

21. Iwa Nami



Ura. Alternance rocher/vague : absorber puis refouler.

Vague contre rocher : absorber puis renvoyer.