



COMPETIÇÃO DE KATA

Critérios para Avaliação

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE JUDÔ
COMISSÃO DE KATA
Janeiro 2019

Nota do Tradutor: esta versão em português foi realizada pelo Núcleo de Estudos da Associação Judo Kata Team, e está disponível gratuitamente, com o objetivo de divulgar os Critérios de Avaliação da IJF à comunidade brasileira de judô. O Núcleo não oferece quaisquer garantias sobre o texto, tendo optado por traduzir o conteúdo a partir do original em inglês, com pequenas correções, devidamente anotadas e acompanhadas do original para comparação. Tais correções seguem os Guias de Kata do Instituto Kodokan (Kodokan Kata Textbooks).

ELEMENTOS GERAIS

A avaliação de cada técnica de Kata tem que considerar o princípio e a oportunidade de execução: a avaliação (incluindo as cerimônias de abertura e encerramento) tem de ser abrangente.

Os elementos observados são a maneira correta de fazer as técnicas, no caso de você notar um erro, penalizar de acordo com o tipo de erros neste documento.

Definição de erros:

- Técnica Esquecida

Uma técnica omitida terá pontuação zero e, além disso, a pontuação final total da dupla será dividida pela metade. Se mais de uma técnica for esquecida, a pontuação para essa técnica também será zero, mas a pontuação final total para a dupla não será dividida pela metade novamente.

Tori não faz a técnica apropriada após o ataque do Uke = técnica esquecida

- Erro grande

Quando a execução do princípio é incorreta (5 pontos são deduzidos e o número máximo de cruzes é 1)

- Erro médio

Quando um ou mais elementos do princípio não forem aplicados da forma correcta (3 pontos são deduzidos e o número máximo de cruzes é 1).

- Erro pequeno

Imperfeição na aplicação da técnica (1 ponto é deduzido e o número máximo de cruzes é 2).

Para cada técnica sem um erro grande, a pontuação mínima tem que ser 4,5.

Para cada técnica, uma avaliação de 0,5 pode ser adicionada (+) ou subtraída (-).

No Nage no Kata, as técnicas direita e esquerda serão avaliadas em conjunto (apenas uma pontuação).

Pontuação para fluidez, curso e ritmo **estão incluídos em cada técnica.**

Para Kime no Kata e Kodokan Goshin Jutsu todas as armas (espada, punhal, bastão e pistola) são feitos de madeira. Nenhuma parte metálica é permitida. Para Kime no Kata a espada precisa de um "tsuba" em um material plástico.

O comprimento do bastão para Kodokan Goshin Jutsu é de cerca de 3 pés ou 92 cm, mas se o comprimento padrão comercial é de 100 cm também é permitido. Diâmetro é de cerca de 20 a 25 mm.

* **Em vermelho – mudança em relação à versão anterior.**

NAGE-NO-KATA

Elementos gerais a observar	Tipo de erro
Tori decide a posição inicial	Médio
Posição inicial invertida	Técnica esquecida na cerimônia de abertura e erro grande em cada técnica
Tori ou uke muda a sequência das técnicas	Esquecido
Distância de engajamento. Uke começa a segurar o Tori com o kumikata de direita/esquerda dando um passo à frente com o pé direito/esquerdo, Tori reage ao kumikata e puxa o Uke para a frente para desequilibrá-lo, andando para trás (Uki-otoshi, Kata-guruma, Harai-goshi, Tsurikomi-goshi, Sasae-tsurikomi-ashi, Yoko-gake).	Médio
Distância de engajamento: uke começa a segurar Tori com o kumikata de direita/esquerda dando um passo à frente com o pé direito/esquerdo, Tori reage ao kumikata, Tori e uke em migi/hidari shizen-tai, e Tori empurra o Uke para trás para desequilibrá-lo avançando com Ayumi-Ashi (Tomoe-Nage).	
Passos em tsugi-ashi (Uki-otoshi, Kata-guruma, Harai-goshi, Tsurikomi-goshi, Sasae-tsurikomi-ashi, Yoko-gake)	Pequeno/Médio
Tori e uke na área central, três passos de distância (cerca de 1,8 m), golpe no topo da cabeça do Tori pelo uke (Seoi-nage, Uki-goshi, Ura-nage, Yoko-guruma)	Pequeno/médio (médio se o golpe do uke na cabeça for lateral)
Tori e uke na área central, em distância de engajamento. Uke começa a segurar no Tori com o kumikata de direita/esquerda, Tori reage ao kumikata e empurra o uke lateralmente para desequilibrá-lo. Tori e Uke movimentam-se lateralmente (Okuri-ashi-harai)	Pequeno/Médio
Tori e uke na área central, em distância de engajamento, passo à frente e uke começa a segurar Tori em Migi/Hidari shizentai; Uke e Tori com kumikata fundamental (Uchi-mata)	Pequeno/médio (erro médio se fizer o passo para trás)
Tori e uke no lado do uke a cerca de 1 m do centro, distância de engajamento, passo para a frente e uke começa a segurar Tori em migi/hidari shizentai; Uke e Tori com kumikata fundamental (Tomoe-nage).	Pequeno/médio (erro médio se fizer o primeiro passo para trás)
Tori e uke a um passo de distância, migi/hidari jigo tai ; kumikata (Sumi-gaeshi, Uki-waza)	Pequeno/Médio
Direção e queda na execução da técnica (em Tomoe-nage e Sumi-gaeshi Uke move-se para a frente com o pé direito/esquerdo para a queda e se levanta em shizen-hon-tai após a aplicação; em Yoko-guruma e Uki-waza ele se levanta em Shizen-hon-tai após a queda; em Ura-nage ele não se levanta, em Yoko-gake ele cai com o corpo e as pernas estendidas)	Pequeno/Médio
A técnica é feita apenas em um lado (direita ou esquerda)	Esquecido
A técnica é feita duas vezes do mesmo lado	Grande
Eficácia e realismo	Médio cada técnica
Perda de controle	Grande

Técnicas - Elementos a observar	Tipo de erro
Saudação e Vestuário	
Distância de início.	Médio
Saudação.	Médio
Judogi, backnumber e faixa.	Médio nas cerimônias de abertura e encerramento
Perda de bandagens durante a execução.	Médio na cerimônia de encerramento
Perda da faixa	Grande
Uki-otoshi	
Uke realiza o kumikata, Tori não levanta os braços ao andar para trás em tsugi-ashi; durante o terceiro passo Tori puxa para baixo para projetar	Pequeno
Quando Uke é projetado, ele não salta	Médio
Tori termina a técnica olhando para a frente	Médio
Posição do joelho do Tori (ligeiramente para dentro)	Pequeno
Seoi-nage	
Uke ataca com dois passos para a frente (pé esquerdo-direito/direito-esquerdo)	Médio
Tori quebra o equilíbrio do Uke para a frente e carrega-o em seu ombro direito/esquerdo para projetá-lo	Médio
Defesa do Uke: ambos os pés alinhados levantando os calcanhares (palma da mão esquerda/direita na parte esquerda/direita do quadril do Tori)	Médio
Kata-guruma	
Tori muda seu kumikata na manga durante o segundo passo. O terceiro passo do Tori é maior	Pequeno/Médio
Uke defende levantando seu tronco	Médio
Tori se move para a posição de elevação (aproximando a perna mais distante) sem segurar as calças do Uke	Pequeno
Uki-goshi	
Uke ataca com dois passos para a frente (pé esquerdo-direito/direito-esquerdo)	Médio
Tori vai em direção ao ataque e projeta o Uke diagonalmente (Uke sem defesa)	Pequeno/Médio
Harai-goshi	
Tori muda seu kumikata na lapela para a escápula esquerda/direita do Uke sob a axila esquerda/direita durante o segundo passo	Médio
Tori posiciona-se para tsukuri/kuzushi no terceiro passo	Médio
Defesa do uke: ambos os pés quase alinhados, levantando os calcanhares	Médio
Tori varre com a perna estendida	Pequeno/Médio
Tsurikomi-goshi	
No terceiro passo Tori move seu pé direito/esquerdo na frente do pé direito/esquerdo do Uke para puxar o Uke para a frente	Pequeno
Defesa do Uke: ambos os pés alinhados inclinando seu tronco para trás sem levantar os calcanhares.	Médio
Tori desequilibra o Uke para a frente, imediatamente vira de costas com o pé esquerdo/direito, fazendo um pivô e passa muito baixo com seus quadris pressionados contra o Uke, que fica com os calcanhares erguidos quando ele é desequilibrado pelo Tori.	Pequeno/Médio

Okuri-ashi-harai	
Tori tem que mudar o ritmo e comprimento do segundo e terceiro passos (mais rápido e maior)	Pequeno/Médio
Tori varre horizontalmente e projeta o Uke na direção que ele está se movendo sem levantar o corpo do Uke.	Pequeno/Médio
Sasae-tsurikomi-ashi	
Após o segundo passo, Tori tem que se mover diagonalmente para trás	Médio
Tori projeta o Uke em seu terceiro passo girando no pé direito/esquerdo (ele não deve pisar para a frente)	Médio
Uchi-mata	
Tori gira o Uke em movimento circular largo (seus braços puxam horizontalmente)	Médio
Durante a terceira rotação, Tori varre a perna do Uke para cima.	Médio
Tomoe-nage	
Tori avança com Ayumi-ashi quebrando o equilíbrio do Uke para trás	Pequeno
Uke resiste no terceiro passo empurrando de volta e dando um passo para a frente (ambos os pés alinhados)	Pequeno
Quando o Uke começa a empurrar de volta, o Tori muda seu kumikata, dá um passo para a frente com o pé esquerdo/direito entre os pés do Uke, abaixando seu corpo e erguendo para a frente e para cima para quebrar o equilíbrio do Uke	Médio
Tori coloca o pé direito/esquerdo no estômago do Uke, ao mesmo tempo que o Uke alinha seus pés (os calcanhares do Uke estão erguidos). Tori projeta o Uke sobre sua cabeça	Pequeno
Ura-nage	
Uke ataca com dois passos para a frente (pé esquerdo-direito/direito-esquerdo)	Médio
Tori evita golpe do Uke durante o segundo passo, avançando muito baixo, pé esquerdo-direito/direito-esquerdo (ele não deve pular com os dois pés ao mesmo tempo), seu braço esquerdo/direito em torno da cintura do Uke e a palma da outra mão na porção inferior de seu abdômen	Médio
Tori projeta o Uke sobre seu ombro esquerdo/direito e termina com os dois ombros no tatame	Médio
Sumi-gaeshi	
Tori desequilibra o Uke levantando seu braço direito/esquerdo ao pisar para trás na posição de jigo tai	Pequeno/Médio
Uke: para manter seu equilíbrio, ele traz o seu pé direito/esquerdo para a frente em paralelo em posição defensiva (jigo tai)	Pequeno/Médio
Tori, (pé direito/esquerdo entre os pés do Uke) quebra o equilíbrio do Uke para a frente outra vez antes de projetá-lo.	Médio
Yoko-gake	
Tori desequilibra o Uke inclinando-o sobre a sua diagonal dianteira direita/esquerda durante o terceiro passo (meio passo), a fim de projetá-lo lateralmente	Médio
Tori dá passos para trás lentamente com o pé direito/esquerdo; assim que ele está ao lado do outro pé, ele imediatamente empurra o tornozelo do Uke com o pé esquerdo/direito e projeta o corpo do Uke ao seu lado.	Médio

Yoko-guruma

Uke ataca com dois passos para a frente (pé esquerdo-direito/direito-esquerdo)	Médio
Tori tenta executar Ura-nage.	Médio
Uke defende inclinando-se para a frente.	Médio
Tori quebra o equilíbrio de Uke diagonalmente deslizando sua perna direita/esquerda em profundidade entre as pernas do Uke.	Médio
Tori deita-se em seu lado esquerdo/direito, a fim de projetar o Uke diagonalmente.	Médio

Uki-waza

Tori quebra o equilíbrio do Uke durante seu primeiro passo (posição em jigo tai)	Pequeno/Médio
Uke avança com o pé de trás para manter seu equilíbrio (jigo tai)	Pequeno/Médio
Tori quebra o equilíbrio do Uke diagonalmente para a frente e se deita de lado, a fim de projetar o Uke diagonalmente	Médio

KATAME-NO-KATA

Elementos gerais a observar	Tipo de erro
Uke decide a posição inicial	Médio
Posição inicial invertida	Técnica esquecida na cerimônia de abertura e erro grande em cada técnica
Tori muda a sequência das técnicas	Esquecido
<p>Distância e posição:</p> <p>Osae-Komi-waza</p> <p>De kyoshi, antes de executar Kesa-gatame, Uke assume posição em supino deitado no tatame. Tori levanta e muda sua posição para o lado do Uke, toma (=distância de dois passos e meio, cerca de 1,2 m) e senta-se em kyoshi, chikama (=distância de meio passo, cerca de 30 cm); após a técnica Tori se move para chikama, kyoshi. Em seguida, Tori aproxima-se novamente para Kata-gatame; depois desta técnica, ele se move para chikama, kyoshi depois para toma e senta-se em kyoshi.</p> <p>Antes de executar Kami-shiho-gatame Tori levanta e muda sua posição voltado para a cabeça do Uke, senta em kyoshi em toma (=distância de dois passos e meio), chikama em kyoshi; após a técnica, chikama, kyoshi e então ele se muda novamente para toma em kyoshi. Antes do Yoko-shiho-gatame Tori levanta e muda de posição para o lado do Uke novamente, toma, kyoshi, chikama; após a técnica, kyoshi e se movimenta novamente para toma em kyoshi.</p> <p>Antes de executar Kuzure-kami-shiho-gatame, Tori levanta e muda sua posição novamente para a cabeça do Uke, ele se aproxima a partir de toma, kyoshi, chikama, kyoshi, em seguida, dá um pequeno passo para a frente e depois para o ombro do Uke; após a técnica, ele se afasta com um pequeno passo para a cabeça do Uke e outro pequeno passo para chikama¹; kyoshi e se move novamente para toma sentado em kyoshi no final do primeiro grupo. Tori e Uke ambos sentam em kyoshi e ajustam o judogi.</p> <p>Shime-waza</p> <p>Antes de executar Kata-juji-jime Uke deita e Tori levanta e muda sua posição para o lado do Uke, kyoshi, ele se move de toma para chikama em kyoshi. Tori se posiciona sentado sobre o Uke e executa o estrangulamento. Em seguida, Tori retorna para chikama, kyoshi, em seguida, para toma e senta-se em kyoshi. Uke senta-se e Tori caminha para sua posição atrás de Uke, toma.</p> <p>Antes de executar Hadaka-jime Tori em kyoshi se move de toma para chikama, kyoshi; Depois da técnica ele se move para chikama, kyoshi aproxima-se então e executa o estrangulamento Okuri-eri-jime. Novamente para chikama, kyoshi, antes de voltar para o último estrangulamento por trás, Kataha-jime. Tori então se muda para chikama, kyoshi, então toma sentado em kyoshi.</p> <p>Antes de executar Gyaku-juji-jime Uke deita e Tori levanta e muda sua posição de volta ao lado do Uke, toma, kyoshi, chikama, kyoshi. Ele se aproxima e se senta novamente sobre o Uke e executa o estrangulamento; depois Tori se move para chikama, kyoshi, em seguida, volta a toma, kyoshi no final do segundo grupo. Ele</p>	Pequeno/médio (é avaliada como médio se o número de passos for correto e a distância não, ou se Tori não volta para chikama ao final de cada técnica, ou se Tori ou Uke levantar o joelho enquanto se deslocam)

¹ NT – segundo o Sensei Murata, durante a Clínica de Kata pós Campeonato Mundial em Cancun 2018, “o Tori se afasta com um único passo ao retornar do Kuzure-kami-shiho-gatame para chikama”

Elementos gerais a observar	Tipo de erro
<p>então se levanta e caminha de volta para sua posição original e se senta em kyoshi. Ambos ajustam seus judogis.</p> <p>Kansetsu-waza</p> <p>Antes de executar Ude-garami, Uke deita e Tori levanta e muda sua posição para o lado do Uke, ele se move de toma, kyoshi em chikama, kyoshi e, em seguida, executa a técnica; depois volta para chikama, kyoshi antes de se aproximar novamente e realizar</p> <p>Ude-hishigi-juji-gatame, então chikama, kyoshi e depois se aproxima e aplica Ude-hishigi-ude-gatame. De volta para chikama, kyoshi, saindo para toma e senta-se em kyoshi.</p> <p>Antes de executar Ude-hishigi-hiza-gatame, ambos Tori e Uke sentam-se em kyoshi em toma, Tori avança dois passos para chikama e senta-se em kyoshi; Ambos se movem ligeiramente para a frente e realizam o kumikata do lado direito. Depois da técnica, ambos se levantam.</p> <p>Antes de realizar Ashi-garami Tori e Uke ficam à distância de engajamento, Migi shizentai, Tori tenta Tomoe-nage, mas Uke dá um passo para a frente para se defender e tenta puxar o Tori para cima. Tori executa uma chave de perna.</p> <p>Na conclusão, Tori se move dois passos para trás em toma e senta-se em kyoshi, Uke se move para trás um passo e também senta em kyoshi. Ajustam seus judogis, levantam, dão um passo para trás para fechar o Kata e cumprimento.</p>	
Tori se aproxima meio passo antes de executar uma técnica	Pequeno
Tori em kyoshi assume posição errada em relação ao corpo do Uke antes de iniciar uma técnica	Pequeno/Médio
Tori em chikama quebra sua posição indo meio passo para frente ou para trás	Pequeno/Médio
Eficácia e realismo	Médio cada técnica
Perda de controle	Grande

Técnicas - Elementos a observar	Tipo de erro
Saudação e Vestuário	
Distância de início.	Médio
Deslocamentos: no início Uke dá um passo para a frente; no final Tori faz dois passos para trás e, em seguida, Uke um passo para trás.	Médio
Saudação.	Médio
Judogi, backnumber e faixa.	Médio nas cerimônias de abertura e encerramento
Perda de bandagens durante a execução.	Médio na cerimônia de encerramento
Perda da faixa	Grande

Osae-Komi-waza	
Maneira de executar cada técnica: Kesa-gatame: pegada do braço direito, controle do ombro esquerdo por debaixo da axila, etc... Kata-gatame: empurra o cotovelo direito do uke para a orelha direita do uke, etc... Kami-shiho-gatame: aproximação normal mais aproximação ajoelhado, mãos, etc... Yoko-shiho-gatame: deslocamento do braço, joelho contra a axila do Uke, pegada na faixa (mão esquerda-direita), bloqueio com o joelho direito, etc... Kuzure-kami-shiho-gatame: aproximação normal mais um passo em frente na diagonal, pegada do braço, colocando o braço direito do Uke na coxa direita de Tori, etc...	Pequeno/Médio
Durante cada técnica Uke deve demonstrar três tentativas de escape e Tori mostra as respectivas reações que devem ser ligadas e lógicas.	Médio

Shime-waza	
Maneira de executar cada técnica: Kata-juji-jime: joelhos perto das axilas do Uke, mãos, Tori bloqueia e controla o corpo do Uke com as pernas. Hadaka-jime: ambos os braços simultaneamente, etc... Okuri-eri-jime: mão esquerda-direita-esquerda, etc... Kataha-jime: mãos, mão e braço esquerdo, ele se vira para a direita e estrangula movendo sua perna direita para trás e para o lado. Gyaku-juji-jime: joelhos perto das axilas do Uke, mãos, etc... Tori bloqueia e controla o corpo do Uke com as pernas.	Pequeno/Médio
Durante cada técnica Uke deve demonstrar uma única tentativa de escape e Tori continuará o estrangulamento. Kata-juji-jime: Uke tenta escapar empurrando ambos os braços do Tori com as duas mãos. Tori continua com o estrangulamento movendo a cabeça para a frente em direção ao tatame. Hadaka-jime: Uke tenta escapar puxando para baixo com ambas as mãos na parte superior do braço do Tori. Tori continua o estrangulamento movendo-se para trás e controlando o Uke. Okuri-eri-jime: Uke tenta escapar puxando para baixo com ambas as mãos na parte superior do braço do Tori. Tori continua o estrangulamento movendo-se	Médio

para trás **apoioando levemente o corpo do Uke com o joelho direito** e controlando o Uke.

Kataha-jime: Uke tenta escapar, pegando seu pulso esquerdo com a mão direita e puxando para baixo. Tori continua o estrangulamento.

Gyaku-juji-jime: Uke tenta escapar, empurrando com a mão esquerda e puxando para baixo com a mão direita. Tori continua o estrangulamento e rola para baixo sobre o lado cruzando os pés.

Kansetsu-waza	
<p>Maneira de executar cada técnica:</p> <p>Ude-garami: Tori move o braço direito do Uke e se aproxima, Uke ataca tentando pegar o colarinho direito do Tori com a mão esquerda.</p> <p>Ude-hishigi-juji-gatame: enquanto Tori está se aproximando, Uke tenta alcançar para pegar a gola esquerda do Tori com sua mão direita; Tori bloqueia o braço contra seu peito agarrando o pulso direito do Uke com a mão direita primeiro e depois a sua esquerda por baixo, pé direito na axila do Uke, e dá um passo ao redor da cabeça do Uke com o pé esquerdo; ele prende o braço do Uke com as coxas e aperta os joelhos, deita-se e levanta o quadril.</p> <p>Ude-hishigi-ude-gatame: Enquanto Tori está se aproximando (após o deslocamento do braço direito do Uke) Uke tenta alcançar para pegar a gola direita com sua mão esquerda; Tori executa a chave de braço prendendo a mão e o pulso com a cabeça, mão direita-esquerda sobre o cotovelo, controle do corpo do Uke com o joelho direito.</p> <p>Ude-hishigi-hiza-gatame: Tori coloca a palma da sua mão esquerda no cotovelo direito do Uke, coloca o pé direito na virilha do Uke, deita-se em seu lado direito, seu pé esquerdo virado para dentro no lado direito do Uke, enquanto controla o Uke com a ponta do pé; Tori empurra com o interior de seu joelho esquerdo em sua mão esquerda e executa a chave de braço.</p> <p>Ashi-garami: Tori tenta realizar Tomoe-nage, Uke se defende, movimentando-se para a frente com o pé direito e puxando para cima o corpo do Tori. Tori empurra com a perna direita² o joelho esquerdo do Uke, e com sua perna esquerda, circula o joelho direito do Uke e executa uma chave de perna.</p>	Pequeno/Médio
<p>Durante cada técnica Uke deve demonstrar uma única tentativa de fuga e Tori deve continuar a chave de braço ou perna.</p> <p>Ude-garami: Uke tenta escapar levantando o ombro esquerdo e as costas. Tori continua o bloqueio do braço.</p> <p>Ude-hishigi-juji-gatame: Uke tenta escapar levantando as costas e puxando o braço enquanto virando à esquerda. Tori continua o bloqueio do braço.</p> <p>Ude-hishigi-ude-gatame: Uke tenta uma fuga puxando seu braço para baixo. Tori continua o bloqueio do braço.</p> <p>Ude-hishigi-hiza-gatame: Uke tenta uma fuga empurrando seu braço para a frente. Tori continua com o braço travado.</p> <p>Ashi-garami: Uke tenta escapar virando à esquerda. Tori continua com a chave de perna.</p>	Médio

² NT – Foi realizada a seguinte correção com relação ao original em inglês: substituir “perna esquerda” por “perna direita”. No original: “Tori pushes with his **left** leg Uke’s left knee”

KIME-NO-KATA

Elementos gerais a observar	Tipo de erro
Tori decide a posição inicial e aguarda Uke (especialmente em Idori, onde ele alcança sua posição rapidamente, senta e espera); Uke toma a distância certa.	Médio
Posição inicial invertida	Técnica esquecida na cerimônia de abertura e erro grande em cada técnica
Tori ou Uke altera a seqüência das técnicas	Esquecido
Saudações e vestuário	Médio
Distância	Médio
Judogi, backnumber e faixa	Médio nas cerimônias de abertura e encerramento
Perda da bandagem durante a execução	Médio na cerimônia de encerramento
Perda da faixa	Grande
Forma correta de posicionar e coletar as armas	Médio
Distância de ataque	Pequeno / Médio
Idori: durante a ação de ataque os pés são obrigados a estar com os dedos levantados, exceto para Ryote-Dori	Médio
Deslocamento de Tori ao realizar uma chave de braço: pé direito-pé esquerdo-pé direito/pé esquerdo – pé direito – pé esquerdo	Médio
Uso geral das armas	Médio
Uso das armas em cada técnica	Pequeno / Médio
Perda da arma	Grande
Perda de controle	Grande
Tocar Tori ou Uke durante o ataque	Médio / Grande
Direção quando realizando a técnica	Médio
Tori olha diretamente para sua frente quando realizar a chave de braço	Pequeno / Médio
Kiai	Pequeno (se desnecessário) , Médio (se ausente)
Velocidade e fluidez, eficácia e realismo	Médio em cada técnica
Submissão (batendo duas vezes)	Pequeno

Técnicas - Elementos a observar	Tipo de erro
<p>Forma correta de posicionar e coletar as armas</p> <p>Punhal dentro, espada fora, lâmina de corte para cima apontando para baixo diagonalmente, lado direito.</p> <p>Antes da saudação entre Tori e Uke (no início e no final do Kata), Uke coloca suas armas no tatami à sua direita (primeiro a espada, em seguida, o punhal), paralelo à sua perna com a lâmina de corte em direção a ele (empunhadura do punhal em linha com a empunhadura da espada). Uke, em seguida, pega suas armas (primeiro o punhal, em seguida, a espada) e fica de pé, gira em torno e caminha cerca de 1,8 m, senta-se e detém as armas verticalmente na frente dele, em seguida, coloca as armas no tatami, paralelo à linha do tatami. O punhal deve estar no interior, ambos com a lâmina de corte para ele, ambas as empunhaduras para Shomen.</p> <p>No final do Kata, Uke pega as armas (primeiro o punhal, em seguida, a espada) e os carrega em seu lado direito.</p>	Pequeno / Médio

Idori	
Ryote-dori	
<p>Distância: cerca de 90 cm em primeiro lugar e Tori e Uke avança para Hiza-Zume distância (dois punhos) deslizando seus joelhos.</p> <p>Uke: agarra os punhos de Tori sem levantar seus dedos do pé (Kiai).</p> <p>Tori: levanta-se nos dedos do pé, deixa seus dois joelhos juntos e chuta o Uke no plexo solar (Kiai), em seguida, com o joelho direito para baixo no tatami e joelho esquerdo levantado, domina o punho esquerdo do Uke e vira para a esquerda, puxando o braço esquerdo para a frente diagonalmente e prendendo-o na axila direita. Ao puxar, a pressão é aplicada ao cotovelo na chave de braço Waki-gatame.</p> <p>Uke deve ficar de joelhos e bater na perna de Tori duas vezes para indicar submissão.</p>	Pequeno / Médio
Tsukkake	
<p>Distância: Hiza-Zume.</p> <p>Uke: levanta-se nos dedos do pé e tenta socar com o punho direito invertido no plexo solar de Tori (Kiai).</p> <p>Tori: rapidamente levanta-se em seus dedos e faz pivô 90 ° a sua direita em seu joelho esquerdo, seu joelho direito para cima, equiva-se do ataque com a mão esquerda, puxa para quebrar o equilíbrio do Uke para a frente e faz atemi com seu punho direito invertido entre as sobrancelhas de Uke (Kiai).</p> <p>Tori: agarra o punho direito do Uke, puxando-o para o quadril direito e prende o punho contra sua coxa, atinge o pescoço do Uke para agarrar a lapela direita com a mão esquerda. Ele se move para a frente em duas passadas diagonalmente e aplica uma chave de braço Hara-gatame e controla o pescoço do Uke.</p> <p>Uke deve ficar de joelhos e bater no tatami duas vezes para indicar a submissão.</p>	Pequeno / Médio

Suri-age

Distância: Hiza-Zume.
Uke: levanta-se nos dedos do pé, tenta empurrar com a palma de sua mão direita aberta na testa de Tori (Kiai).
Tori: rapidamente levanta-se nos dedos do pé, com a mão direita ele defende e, em seguida, agarra o punho do Uke, sua mão esquerda é revertida embaixo da axila do Uke, ele chuta Uke no plexo solar (Kiai). Tori então gira fazendo pivot puxando o rosto do Uke para baixo e para o tatami. Ele empurra o braço do Uke para a frente (Palma de sua mão para baixo), passos para a frente duas vezes em seus joelhos (esquerda/direita) e coloca seu joelho esquerdo na parte de trás do cotovelo do Uke para fazer um bloqueio de braço puxando a mão.
Uke: bate no tatami duas vezes para indicar a submissão.

Pequeno / Médio

Yoko-uchi

Distância: Hiza-Zume.
Uke: levanta-se nos dedos do pé e tenta atacar o têmpora esquerda do Tori com seu punho direito (Kiai).
Tori: rapidamente levanta-se nos dedos do pé, evita o golpe esquivando-se por debaixo do braço direito do Uke, levantando o braço direito, ele pisa para a frente em seu pé direito segurando Uke em kata gatame.
Tori: pressiona as costas do Uke com a mão esquerda e empurra Uke para trás e sobre o seu passo para a frente em seu pé esquerdo. Ele pressiona o cotovelo direito do Uke em direção ao seu rosto (joelho direito no tatami, joelho esquerdo para cima), ataca Uke no plexo solar com seu cotovelo (mão aberta) (Kiai).
Uke: após a técnica, ele se senta em toma (cerca de 1,2 m) enfrentando o Tori antes de ficar de pé e andando ao redor do lado direito do Tori para sentar-se a um passo das costas do Tori.

Pequeno / Médio

Ushiro-dori

Distância: um passo atrás Tori primeiro e Uke avança para cerca de 20 cm atrás Tori deslizando os joelhos.
Uke: levanta-se nos dedos do pé, passos para a frente em seu pé direito e agarra em torno dos braços de Tori (Kiai).
Tori: reage levantando os braços de seus lados para fora para quebrar o agarrão levantando-se nos dedos do pé, ele agarra manga esquerda do Uke com a mão direita e mais acima com a mão esquerda, ele desliza a perna direita para trás (dedos do pé levantados) entre as pernas do Uke, ele rola para a esquerda como se estivesse realizando um Makikomi.
Tori: ao controlar o Uke, ele soca o Uke na genitália com o punho esquerdo (Kiai).
Uke: levanta-se de joelhos e retorna em sua posição sentada atrás de Tori em uma distância de um passo. Ele então fica de pé e caminha para a direita em torno de Tori e senta-se em toma (cerca de 1,2 m) enfrentando Tori.

Pequeno / Médio

Tsukomi

Uke recolhe o punhal (mão direita na parte superior, mão esquerda para baixo) e coloca sua lâmina de corte para cima dentro de sua jaqueta, retorna e senta-se na frente de Tori. Distância em cerca de 90 cm, primeiro e Uke avança para cerca de 45 cm para o Tori deslizando os joelhos.

Uke: desembalanha o punhal levantando-se nos dedos do pé, pé esquerdo para a frente e tenta esfaquear Tori no estômago (Kiai).

Tori: rapidamente levanta-se nos dedos do pé e faz o pivô 90 ° a sua direita em seu joelho esquerdo, seu joelho direito para cima, defende a estocada com a mão esquerda, puxa para quebrar o equilíbrio do Uke para a frente e faz atemi com seu punho direito invertido entre as sobrancelhas do Uke (Kiai), ele agarra o punho direito do Uke, puxando-o para o quadril direito e prende o punho contra sua coxa. Ele atinge o pescoço do Uke para agarrar a lapela direita com a mão esquerda. Ele se move para a frente duas etapas diagonalmente e aplica uma chave de braço Hara-gatame e **controla o pescoço do Uke**.

Uke deve ficar de joelhos e bater no tatami duas vezes para indicar a submissão. Voltando à posição sentada, Uke coloca o punhal de volta dentro da jaqueta.

Pequeno / Médio

Kiri-komi

Distância: cerca de 45 cm.

Uke: tira o punhal de dentro da jaqueta e transfere-o para o sua faixa no lado esquerdo como uma espada curta. Levantando-se nos dedos do pé, pé direito para a frente, ele desembalanha a espada curta e tenta cortar o topo da **testa** do Tori (Kiai).

Tori: levantando-se nos dedos do pé, ele pega o punho do Uke com as duas mãos e evita o corte, joelho esquerdo para baixo e joelho direito para cima, e ele puxa para a frente diagonalmente para quebrar o equilíbrio do Uke. Ele prende o braço de Uke na sua axila e aplica Waki gatame.

Uke: deve ficar de joelhos e bate na perna de Tori duas vezes para indicar a submissão.

Uke senta-se em toma aproximadamente 1,2 m de frente ao Tori.

Uke tira a espada curta de sua faixa e coloca de volta dentro da jaqueta como um punhal.

Pequeno / Médio

Yoko-tsuki

Uke levanta-se e caminha para o lado direito de Tori e senta-se ao lado dele.

Distância cerca de 20 cm do lado.

Uke: desembalanha o punhal, vira, levantando-se nos dedos do pé, ele pisa para a frente em seu pé esquerdo e tenta esfaquear o lado direito de Tori, com a lâmina de corte virada para cima (Kiai).

Tori: rapidamente levanta-se nos dedos do pé e faz pivô 180 ° a sua direita em seu joelho esquerdo, seu joelho direito para cima, defende o ataque com a mão esquerda, puxa para quebrar o equilíbrio do Uke para a frente e faz atemi com seu punho direito invertido entre as sobrancelhas de Uke (Kiai). Ele agarra o punho direito do Uke, puxando-o para o quadril direito e prende o punho contra sua coxa, atinge o pescoço do Uke para agarrar a lapela direita com a mão esquerda. Ele se move para a frente duas etapas diagonalmente e aplica um bloqueio de braço Hara-gatame e **controla o pescoço do Uke** ao mesmo tempo.

Uke: deve ficar de joelhos e bate no tatami duas vezes para indicar a submissão.

Ambos retornam à posição sentada ao lado do outro.

Uke coloca o punhal de volta em sua jaqueta, levanta-se, caminha de volta e senta-se em toma em cerca de 1,2 m enfrentando Tori.

Uke coloca o punhal no tatami em sua posição original sentado em Seiza.

Pequeno / Médio

Tachiai

Ryote-dori

Distância do Uke: 1 passo (cerca de 40 cm.).

Uke: agarra os punhos de Tori avançando com seu pé direito (meio passo) (Kiai).
Tori: puxa os braços para fora e para trás, quebrando o equilíbrio do Uke para a frente, ele chuta a genitália do Uke (Kiai) trazendo seu pé de volta para baixo imediatamente.

Tori: Puxa o braço esquerdo do Uke para fora diagonalmente e aplica Waki gatame em uma posição de pé.

Uke deve bater na perna de Tori duas vezes para indicar submissão.

Tori e Uke retornam à posição inicial, Uke enfrenta Tori em torno de 1,2 m de distância.

Pequeno / Médio

Sode-dori

Uke anda em torno de Tori em seu lado direito (enquanto Tori pisa um pouco para trás) e fica atrás dele à sua esquerda. Ele agarra a manga esquerda do Tori, primeiro com sua mão esquerda e, em seguida, com a mão direita, e força Tori a andar para a frente direito-esquerda-pé direito.

Na terceira etapa Tori se move para a sua direita para quebrar o equilíbrio do Uke nessa direção. Tori chuta Uke em seu joelho direito com o pé esquerdo (Kiai), faz o pivô 180 ° esquerda, agarra a manga direita do Uke (dentro do cotovelo) e a lapela esquerda e arremessa o Uke com O-Soto-gari.

Pequeno / Médio

Tsukkake

Tori e Uke se enfrentam um ao outro a três passos de distância (cerca de 1,8 m.).

Uke: dá um passo em frente com o pé esquerdo, guarda esquerda, em seguida, ataca para a frente com o pé direito e tenta socar Tori no rosto com o seu punho direito invertido entre as sobrancelhas de Tori (Uto) (Kiai).

Tori: girando em seu pé esquerdo, faz pivô 90 ° à sua direita em Tai-Sabaki para evitar o golpe, agarra o antebraço direito do Uke a partir do topo e puxa-o para a frente e para baixo para desequilibrar Uke à sua frente. Quando Uke puxar para trás e se endireitar, Tori caminha para trás do Uke com seu pé direito, em seguida, seu pé esquerdo, coloca o braço direito em torno da garganta de Uke e puxa-o para trás.

Ele aperta as mãos sobre o ombro esquerdo do Uke como em Hadaka Jime, passos para trás com o pé esquerdo e aplica o estrangulamento.

Uke: defende puxando o braço direito de Tori e submete-se batendo no tatami duas vezes com o pé direito.

Pequeno / Médio

Tsuki-age

Tori e Uke se enfrentam um ao outro a cerca de um passo de distância.

Uke: dá passo para a frente com o pé direito e tenta um uppercut no queixo de Tori (Kiai).

Tori: inclina-se para trás para evitar o golpe, segura o punho do Uke com duas mãos, puxa-o para cima e diagonalmente para a frente.

Tori: aprisiona o braço do Uke em sua axila e aplica Waki gatame na posição de pé.

Uke: não deve curvar-se muito. Ele deve bater na perna de Tori duas vezes para indicar submissão.

Pequeno / Médio

Suri-age

Tori e Uke se enfrentam um ao outro a cerca de um passo de distância.
Uke: da um passo para a frente com o pé direito e tenta atacar a testa de Tori com a palma de sua mão direita aberta (Kiai).
Tori: inclina-se para trás e esquiva-se do golpe no cotovelo com o antebraço esquerdo, ao mesmo tempo ele soca o Uke no estômago com o seu punho direito invertido (Kiai). Imediatamente ele o arremessa com Uki-Goshi de esquerda.

Pequeno / Médio

Yoko-uchi

Tori e Uke se enfrentam um ao outro a cerca de 1 passo de distância.
Uke: da um passo para a frente com o pé direito e tenta atacar Tori em seu têmpora esquerda com o punho direito (Kiai).
Tori: pisa com o pé esquerdo, esquivando-se por debaixo do punho e, ao mesmo tempo, ele coloca a mão direita no peito esquerdo do Uke para empurrar o Uke ligeiramente para trás. Ele agarra o Uke na lapela esquerda com a mão direita e caminha para atrás do Uke primeiro com o pé direito, em seguida, com a esquerda. Ele alcança o pescoço de Uke com a mão esquerda e agarra sua lapela direita. Tori pressiona sua testa na parte de trás da cabeça do Uke e pisa para trás com o pé esquerdo e abaixa seus quadris, aplicando Okuri-Eri-Jime.
Uke: defende puxando para baixo o braço esquerdo do Tori e submete-se batendo no tatami duas vezes com seu pé direito.

Pequeno / Médio

Ke-age

Distância: um passo.
Uke: dá um pequeno passo para a frente com o pé esquerdo e tenta chutar a genitália do Tori (Kiai).
Tori: passo para trás com o pé direito girando 90 ° em Tai-Sabaki à sua direita, com a mão esquerda ele pega o tornozelo do Uke e, em seguida, com a mão direita, ele puxa o pé do Uke para a esquerda, torce seu quadril para a esquerda e chuta a genitália do Uke (Kiai).
Tori e Uke se enfrentam um ao outro na distância em toma (cerca de 1,2 m).

Pequeno / Médio

Ushiro-dori

Uke: move-se em torno do lado direito de Tori e se posiciona diretamente atrás dele cerca de 90 cm. de distância. No ínterim Tori da passos para trás.
Tori: avança três passos, esquerda-direita-esquerda, Uke segue Tori, mas, durante o terceiro passo, ele muda e pisa a frente com o pé direito agarrando em torno dos braços do Tori.
Tori: imediatamente mode os cotovelos para fora e segura a parte superior da manga do Uke com ambas as mãos. Ele então arremessa o Uke com Seoi-Nage.
Tori: joelho direito para baixo, joelho esquerdo para cima, ele ataca Uke entre os olhos com te-gatana (Kiai).
Tori retorna à posição original, Uke em toma (aproximadamente 1,2 m).

Pequeno / Médio

Tsukkomi

Uke recolhe o punhal (mão direita na parte superior, mão esquerda abaixo): a lâmina de corte para cima colocada dentro de sua jaqueta. Ele retorna à sua posição.

Distância: cerca de 90 cm.

Uke: desembanha o punhal, avança com o pé esquerdo e tenta esfaquear o plexo solar do Tori (Kiai).

Tori: vira-se para o seu direito rapidamente 90 ° em Tai-Sabaki e defende a estocada com a mão esquerda, puxa para quebrar o equilíbrio do Uke para a frente e faz atemi com o punho direito invertido entre os olhos (Kiai), ele agarra o punho direito do Uke, puxa-o para o quadril direito. Segurando o punho contra a coxa, ele alcança o pescoço do Uke para agarrar a lapela direita com a mão esquerda. Ele se move para a frente dois passos diagonalmente e aplica uma chave de braço Hara-gatame e **controla o pescoço do Uke**.

Uke: não curva-se muito.

Uke: deve bater na perna de Tori duas vezes para indicar a submissão e coloca o punhal em sua jaqueta.

Pequeno / Médio

Kiri-komi

Uke (aproximadamente 90 cm. aparte): retira o punhal de sua jaqueta e coloca-o em sua faixa no lado esquerdo como uma espada curta.

Uke: passo para a frente com o pé direito e corta direto na testa de Tori (Kiai).

Tori: agarra o punho do Uke com as duas mãos e evita o corte. Ele prende o braço do Uke na sua axila e se move para trás diagonalmente aplicando Waki-gatame.

Uke: não deve curvar-se muito.

Uke: deve bater na perna de Tori duas vezes para indicar a submissão e retorna a toma (cerca de 1,2 m).

Ele coloca a espada curta na faixa, e então ele coloca o punhal de volta dentro da jaqueta como um punhal.

Pequeno / Médio

Nuki-gake

Uke recoloca o punhal de volta no tatami e recolhe a espada (mão direita na parte superior, mão esquerda abaixo), ele coloca-lo no lado esquerdo de sua faixa, a lâmina de corde para cima e retorna à sua posição.

Tori e Uke se enfrentando um ao outro em toma.

Uke: dá passo para a frente com o pé direito e tenta desembanhar sua espada.

Tori: dá passo para a frente com o pé direito perto do pé direito do Uke e bloqueia com a mão direita o punho direito do Uke, a fim de parar o Uke de desembanhar a espada.

Tori: move-se rapidamente para a frente com o pé direito, então, trazendo seu pé esquerdo atrás do Uke, ele alcança o pescoço do Uke para agarrar a lapela direita com a mão esquerda. Ele pisa para trás diagonalmente, quebrando o equilíbrio do Uke e aplica Kata-ha-Jime.

Uke submete-se batendo no tatami duas vezes com o pé direito.

Pequeno / Médio

Kiri-oroshi

Distância: Uke em sua posição inicial, Tori em cerca de 2,7 m de distância.

Uke: dá passo para a frente com o pé direito e lentamente desembalanha sua espada com a ponta apontando para os olhos de Tori (a posição Seigan).

Uke: dá um passo em frente em Tsugi Ashi.

Tori: move um passo para trás com o pé direito.

Uke: dá passo para a frente com o pé esquerdo levanta sua espada a cima de sua cabeça na posição Jodan, em seguida, avançando com o pé direito, ele tenta cortar o topo da cabeça de Tori (Kiai).

Ele deve suportar sua espada sobre a cabeça antes de cortar.

Tori: avançando com o pé esquerdo, vira-se para a sua direita rapidamente 90 ° em Tai-Sabaki e defende o ataque, ele agarra o punho direito do Uke com a mão direita, ele puxa-o para o quadril direito e prende o punho contra sua coxa. Tori alcança o pescoço do Uke para agarrar sua lapela direita com a mão esquerda. Ele se move **para a frente em duas passadas (direita-esquerda-direita)**

diagonalmente e aplica um Ude-hishigi-hara-gatame enquanto agarra o colarinho direito do Uke profundamente com sua mão esquerda para controlar o pescoço do Uke.

Uke: não deve curvar-se muito.

Ele deve bater na perna de Tori duas vezes para indicar submissão.

Tori em Shizen-hontai, Uke vai para o seu ponto de partida mantendo a espada para baixo/para direita, a lâmina para dentro.

Uke traz a espada até o nível dos olhos de Tori e, em seguida, retorna a espada para sua bainha (Shizen-hontai).

Enquanto Uke coloca a espada de volta no tatami em preparação para a cerimônia de encerramento do Kata, Tori retorna à sua posição original.

Pequeno / Médio

JU-NO-KATA

Elementos gerais a observar	Tipo de erro
<p>Distância:</p> <p>Tsuki-dashi: cerca de 1,8 m</p> <p>Kata-oshi: pé esquerdo do Tori e direito do Uke alinhados e próximos</p> <p>Ryote-dori: cerca de meio passo</p> <p>Kata-mawashi: cerca de meio passo</p> <p>Ago-oshi: cerca de três passos</p> <p>Kiri-oroshi: cerca de dois passos.</p> <p>Ryo-kata-oshi: comprimento dos braços (palmas das mãos do Uke tocam os ombros do Tori)</p> <p>Naname-uchi: cerca de um passo</p> <p>Kata-dori: Tori e Uke lado a lado</p> <p>Kata-age: cerca de 2,7 m</p> <p>Obi-tori: cerca de um passo</p> <p>Mune-oshi: cerca de meio passo (ligeiramente menos)</p> <p>Tsuki-age: cerca de um passo</p> <p>Uchi-oroshi: cerca de dois passos</p> <p>Ryogan-tsuki: cerca de um passo (ligeiramente mais)</p>	Médio
Posição inicial invertida	Técnica esquecida na cerimônia de abertura e erro grande em cada técnica
Tori ou Uke altera a sequência das técnicas	Esquecido
Perda de controle	Grande
Mudança no ritmo	Pequeno
Decisão, efetividade e realismo	Médio cada técnica
Desistência (batendo uma vez com um braço livre ou movendo um pé para trás)	Pequeno. Médio se Uke não bate.

Técnicas - Elementos a observar	Tipo de erro
Saudação e Vestuário	
Distância de início.	Médio
Saudação.	Médio
Judogi, backnumber e faixa.	Médio nas cerimônias de abertura e encerramento
Perda de bandagens durante a execução.	Médio na cerimônia de encerramento
Perda da faixa	Grande

Dai-ikkyo

Tsuki-dashi

Uke anda em tsugi-ashi e gradualmente e continuamente ergue o braço (faixa, garganta) batendo no Uto do Tori no terceiro passo.	Pequeno/Médio
Uke: ataca entre as sobrancelhas do Tori no terceiro passo. Tori segura o pulso direito do Uke com seu polegar para baixo e o pulso esquerdo com o polegar para cima.	Pequeno/Médio
Maneira de se libertar para Tori e Uke (abrindo e fechando as pernas ao girar, a mão que faz a pegada com o polegar para cima).	Pequeno/Médio
Conclusão: quebra do equilíbrio do Uke para trás (braço direito do Uke estendido).	Pequeno/Médio

Kata-oshi

Uke ergue sua mão direita e empurra o lado de trás do ombro direito do Tori.	Pequeno/Médio
Tori se inclina para baixo; Uke se curva quando Tori o evita e, em seguida, empurra o ombro do Tori para trás com a palma da mão direita; Tori se move para trás agarrando os quatro dedos da mão direita do Uke com sua mão direita.	Pequeno/Médio
Uke prepara sua mão esquerda antes do ataque.	Pequeno/Médio
Uke ataca entre os olhos de Tori com a ponta dos dedos da mão esquerda movendo-se para a frente com seu pé esquerdo e o Tori contra-ataca segurando os dedos de ambas as mãos enquanto se move para trás.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke para trás com os braços estendidos.	Pequeno/Médio

Ryote-dori

Uke: segura ambos os pulsos do Tori.	Pequeno/Médio
Tori: quebra o equilíbrio do Uke para a frente e faz a técnica (Soto-makikomi).	Pequeno/Médio
Carregamento do Tori e levantamento do Uke.	Pequeno/Médio

Kata-mawashi

Uke: vira os ombros de Tori (mão direita na parte de trás do ombro direito, mão esquerda na frente do ombro esquerdo).	Pequeno/Médio
Tori: quebra o equilíbrio do Uke para a frente com sua mão esquerda e faz a técnica (Ippon-seoi-nage, carregando o Uke em seus ombros).	Pequeno/Médio
Carregamento do Tori e levantamento do Uke.	Pequeno/Médio

Ago-oshi

Tori: três passos para a frente (virando para o lado direito com o terceiro passo).	Pequeno/Médio
Uke em tsugi-ashi e gradualmente e continuamente ergue o braço (faixa, garganta) para atingir o queixo do Tori no terceiro passo.	Pequeno/Médio
Defesa do Tori: Tori vira o rosto para a esquerda, segura a mão direita do Uke com sua mão direita colocando o polegar direito na palma da mão direita do Uke, e avança com o pé direito girando 180°.	Pequeno/Médio
Uke prepara a mão antes do ataque.	Pequeno/Médio
Uke ataca entre as sobrancelhas do Tori com as pontas dos dedos da mão esquerda movendo-se para a frente com seu pé esquerdo e o Tori contra-ataca (segurando a mão) movendo-se para trás com seu pé esquerdo.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke para trás bloqueando com os braços dobrados.	Pequeno/Médio

Dai-nikyo

Kiri-oroshi

Uke: preparação do ataque (pisar para trás com o pé direito virando para a direita e voltando sua palma direita para a frente ao mesmo tempo).	Pequeno/Médio
Uke: ataque com Te-gatana avançando com o pé direito.	Pequeno/Médio
Tori: passos para trás (pé direito-esquerdo), agarra o pulso direito do Uke, faz dois passos em tsugi-ashi para a frente para quebrar o equilíbrio do Uke para o canto traseiro direito.	Pequeno/Médio
Uke: empurra o cotovelo direito do Tori para soltar a pegada em seu pulso direito e vira o Tori em 180° em um grande círculo.	Pequeno/Médio
Tori: gira sobre no pé esquerdo e segura os quatro dedos da mão esquerda do Uke com sua mão esquerda (por baixo) colocando seu polegar esquerdo na palma esquerda do Uke.	Pequeno/Médio
Tori: continua atrás Uke, quebrando o equilíbrio para trás.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio de Uke para trás com o braço esquerdo esticado.	Pequeno/Médio

Ryo-kata-oshi

Uke: ataca Tori por trás empurrando os ombros para baixo (com as palmas das mãos).	Pequeno/Médio
Defesa do Tori: abaixando o corpo, pé esquerdo meio passo para trás, pé direito meio passo para a esquerda, vira, segura o pulso direito do Uke com a mão esquerda, pé esquerdo meio passo para trás (Uke meio passo para a frente), pé direito 1/2 passo à esquerda, Agarra o pulso direito do Uke com sua mão direita.	Pequeno/Médio
Tori: vira, muda sua pegada no pulso direito do Uke, e se move para a frente, lentamente levantando o corpo, puxando o Uke.	Pequeno/Médio
Uke defende empurrando com a mão esquerda nas costas de Tori.	Pequeno/Médio
Tori: vira à sua esquerda, move-se para trás com pé direito-esquerdo (os calcânhares do Uke apoiados no tatame), colocando a parte superior do braço esquerdo cruzando o peito do Uke, ele empurra para trás.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke ao empurrar com a parte superior do braço esquerdo e levantando e esticando o braço direito do Uke.	Pequeno/Médio

Naname-uchi

Uke tenta atingir diagonalmente entre as sobrancelhas do Tori com Te-gatana.	Pequeno/Médio
Tori evita e segura o pulso do Uke, então contra-ataca com os dedos direitos.	Pequeno/Médio
Uke segura o pulso do Tori, vira para a esquerda, e puxa o Tori para a frente. Tori libera o pulso empurrando a mão esquerda do Uke com a mão esquerda e avançando com o pé esquerdo.	Pequeno/Médio
Uke coloca a mão no cotovelo do Tori e obriga o Tori a virar.	Pequeno/Médio
Tori gira e levanta o Uke em Ura-nage (tronco se inclinando para trás). As pernas do Uke juntas e os braços esticados acima da cabeça.	Pequeno/Médio

Kata-dori

Uke: agarra o pulso direito do Tori.	Pequeno/Médio
Tori: ergue o braço mantendo esticado (Kansetsu-waza) movendo-se diagonalmente para a frente com o pé direito.	Pequeno/Médio
Uke se defende movendo-se para a frente com seu pé direito empurrando o cotovelo direito do Tori com a palma direita e liberando a mão esquerda para puxar o ombro esquerdo do Tori.	Pequeno/Médio
Tori gira e levanta o Uke com Uki-goshi (para O-goshi) .	Pequeno/Médio

Katate-age

Depois de erguer seus braços direitos Tori e Uke se aproximam um do outro.	Pequeno/Médio
Tori dá um passo para o lado com o pé direito ³ evitando a colisão, segurando o ombro esquerdo do Uke e cotovelo direito; Uke reage, Tori bloqueia o cotovelo esquerdo do Uke; Uke reage novamente (Tori permanece ereto enquanto controlando a reação do Uke; ações e reações são lentas e Tori e Uke estão muito próximos um do outro).	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke para trás com o braço direito esticado.	Pequeno/Médio

Dai-sankyo

Obi-tori

Uke: dá um passo com o pé esquerdo à frente (braços cruzados com a mão esquerda por cima, palmas voltadas para baixo) e tenta segurar a faixa do Tori.	Pequeno/Médio
Tori: segura o pulso esquerdo do Uke com a mão direita (as costas da mão viradas para baixo) e puxa à sua esquerda e então o cotovelo esquerdo do Uke com sua mão esquerda e empurra para cima; ele então puxa o ombro direito do Uke com a mão direita, enquanto tenta girar o corpo do Uke à direita.	Pequeno/Médio
Uke: girando, puxa o cotovelo direito do Tori lateralmente e puxa o ombro esquerdo do Tori empurrando o cotovelo do Tori para cima.	Pequeno/Médio
Tori: vira-se novamente e puxa Uke perto do quadril para levantar com Uki-goshi, então O-goshi.	Pequeno/Médio

Mune-oshi

Uke empurra sua palma direita contra o lado esquerdo do peito do Tori, que empurra o pulso direito do Uke com sua mão esquerda em Yahazu (forma de V) e empurra sua mão direita contra o tórax esquerdo do Uke, Uke agarra o pulso direito de Tori e eles giram em direção a Shomen mudando a pegada durante o movimento.	Pequeno/Médio
Tori: bloqueando o braço direito do Uke e alterando a pegada no braço esquerdo esticado do Uke (no cotovelo), quebrando o equilíbrio do Uke para trás para o canto traseiro direito.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori dá um passo com o pé direito, então o pé esquerdo, abaixa os quadris e quebra o equilíbrio do Uke ainda mais.	Médio

Tsuki-age

Uke: pisa para trás com o pé direito, em seguida, para a frente novamente e tenta um <i>uppercot</i> (soco de baixo para cima) no queixo do Tori.	Pequeno/Médio
Tori: inclina-se para trás para evitar o ataque do Uke, pega punho na mão direita, coloca sua palma esquerda no cotovelo direito do Uke e pisa para a frente com o pé esquerdo e vira o Uke.	Pequeno/Médio
Uke: faz um giro de 360º no pé esquerdo.	Pequeno/Médio
Tori: puxa o braço direito do Uke para cima segurando o cotovelo direito do Uke com a mão esquerda, fazendo um gancho ao redor do ombro do Uke na forma de Ude-garami , quebrando o equilíbrio do Uke para trás no canto traseiro direito. Tori dá um passo com o pé esquerdo e então direito.	Pequeno/Médio

³ NT - Complementação do Kodokan Kata Textbook: com seu pé esquerdo como um pivô para girar o corpo à direita (*Tori moves his right foot backward with his left foot as a pivot to turn his body to his right*)

Uchi-oroshi

Uke: levantando o punho direito e o braço em um grande círculo, pisa para a frente com o pé direito e tenta atacar o topo da cabeça do Tori com a parte de trás de seu punho direito.	Pequeno/Médio
Tori: move-se para trás (pé direito-esquerdo), agarra o pulso direito do Uke com sua mão direita (de cima para baixo em uma pegada regular), faz dois passos em tsugi-ashi para a frente para quebrar o equilíbrio do Uke para o canto traseiro direito.	Pequeno/Médio
Uke inverte sua mão esquerda com os dedos voltados para baixo para colocar sua palma no cotovelo direito do Tori pela frente e empurra para girar em torno do corpo do Tori amplamente para o seu lado esquerdo.	Pequeno/Médio
Tori: faz um giro sobre o pé esquerdo, mão esquerda agarra o pulso esquerdo do Uke com sua mão esquerda (a partir do topo) e se posiciona atrás do Uke, quebrando o equilíbrio do Uke para trás.	Pequeno/Médio
Conclusão: Tori quebra o equilíbrio do Uke para trás e aplica Kansetsu-waza no braço esquerdo do Uke com sua mão esquerda e Shime-waza com seu pulso direito ao mesmo tempo.	Pequeno/Médio

Ryogan-tsuki

Uke: levanta a mão direita e ataca os olhos do Tori (dedos estendidos, anular e dedo médio separados), avançando com o pé direito.	Pequeno/Médio
Tori: vira para a esquerda, evita o ataque, e segura o pulso direito do Uke para puxar o braço com a mão esquerda.	Pequeno/Médio
Uke: avança com o pé esquerdo e segura o pulso esquerdo do Tori com a mão esquerda para liberar o braço direito.	Pequeno/Médio
Tori: empurra o cotovelo esquerdo do Uke com sua palma direita, a fim de libertar o braço esquerdo.	Pequeno/Médio
Uke: gira em torno do pé direito.	Pequeno/Médio
Tori: ataca os olhos de Uke com a mão esquerda (dedos estendidos, anular e dedo médio separados), avançando com o pé esquerdo.	Pequeno/Médio
Uke: vira à direita, evita e agarra o pulso esquerdo do Tori para puxar o braço com a mão direita.	Pequeno/Médio
Tori: avança com o pé direito e agarra o pulso direito do Uke com a mão direita para liberar o braço esquerdo.	Pequeno/Médio
Uke: empurra o cotovelo direito de Tori com sua palma esquerda, a fim de libertar o braço direito, tenta virar Tori, mas Tori coloca o braço em torno da cintura Uke e levanta-o com Uki-goshi (para O-goshi) .	Pequeno/Médio

KODOKAN-GOSHIN-JUTSU

Elementos gerais a observar	Tipo de erro
Distância: Inclui distância inicial de 4m aproximadamente	Médio
Uke toma posição p/ seu ataque a 4m aproximadamente (esquecer Yukiai)	Médio
Posição inicial invertida	Técnica esquecida na cerimônia de abertura e erro grande em cada técnica
Tori ou Uke altera a sequência das técnicas	Esquecido
Saudações	Médio
Judogi, backnumber e faixa	Médio nas cerimônias de abertura e encerramento
Perda da bandagem durante a execução	Médio na cerimônia de encerramento
Perda da faixa	Grande
Forma correta de posicionar e coletar as armas	Médio
Uso da arma (cada técnica)	Médio
Perda da arma	Grande
Perda de controle	Grande
Tocar Tori ou Uke durante o ataque	Médio / Grande
Direção da técnica	Médio
Durante a execução de uma chave de braço Tori olha diretamente para sua frente	Pequeno / Médio
Kiai	Pequeno (se desnecessário), Médio (se ausente)
Velocidade e fluidez, eficácia e realismo	Médio em cada técnica
Submissão batendo duas vezes	Pequeno

Técnicas - Elementos a observar	Tipo de erro
Forma correta de posicionar e coletar as armas Uke tem o punhal (lâmina de corte para cima) e o bastão na mão direita, ambos apontando para baixo a parte traseira , com o punhal na parte interna. A pistola está na jaqueta. Uke, passos para trás com o pé direito, passos para a frente para Shomen cerca de 3m, está com ambos os calcanhares juntos; ajoelhado em Seiza ele posiciona o bastão para baixo primeiro e próximo a punhal mais próximo a ele (lâmina em direção a ele e a ponta para a esquerda), em seguida, a pistola (com o cano para a esquerda, a empunhadura para ele) mais distante. A linha de borda lateral direita da pistola deve ser alinhada com a parte inferior da empunhadura do punhal. No final do Kata, Uke dá passos de volta com o pé direito, passos para a frente para Shomen para recolher as armas: ajoelhado em Seiza de postura de pé com ambos os calcanhares juntos, ele leva o punhal e o bastão. A pistola ainda está na jaqueta.	Pequeno / Médio

Ryote-dori

Uke e Tori vão para o centro.

Uke: passos para a frente com o pé esquerdo, agarra os punhos do Tori, ataca a genitália de Tori com seu joelho direito (Kiai).

Tori: passos para sua retaguarda esquerda com o pé esquerdo, tira a pegada do punho direito, em seguida, com atemi ele ataca a têmpora com Te-gatana o Uke (Kiai), passos para trás, em seguida, passos diagonalmente com Kote-hineri aplicado no punho do Uke em uma posição de pé, olhando para a frente. Para submeter-se Uke bate em sua perna esquerda duas vezes, ele não deve curvar-se muito.

Pequeno / Médio

Hidari-eri-dori

Uke e Tori vão para o centro.

Uke: passos para a frente com o pé direito, agarra a lapela esquerda de Tori em sua mão direita e tenta empurrar Tori para baixo e para trás.

Tori: agarra e abre sua própria lapela esquerda para fora com sua mão esquerda e pisar para trás / esquerda com o pé esquerdo, Me-tsubushi com a parte de trás de sua mão direita aberta no rosto de Uke (Kiai), Tori aplica Kote-hineri controlando o pulso direito do Uke, puxando Uke diagonalmente para trás a sua direita com a mão esquerda e empurrando o cotovelo para baixo com o polegar e os dedos indicadores **em forma de V**, ele traz Uke para baixo no tatame, controla com Te-gatame e com o joelho esquerdo nas costas do Uke, empurrando seu braço direito contra sua cabeça.

Uke está deitado em seu estômago e bate no tatame duas vezes.

Pequeno / Médio

Migi-eri-dori

Uke e Tori vão para o centro.

Uke: agarra a lapela direita de Tori com a mão direita (quatro dedos dentro), ele pisa para trás com o pé esquerdo, puxando fortemente para baixo Tori.

Tori: passos para a frente com o pé direito e atinge o queixo de Uke com um *uppercut* de seu punho direito (Kiai).

Tori: agarra o punho **direito** Uke com a mão esquerda em um Kote-Gaeshi e, em seguida, prendê-lo com a mão direita, ele pisa para trás com o pé esquerdo e vira **seu corpo para a esquerda** para jogar o Uke para a frente.

Pequeno / Médio

Kata-ude-dori

Posição de partida: Uke está em Shizen-hontai no lado direito atrás do Tori.

Uke: passos pé esquerdo para a frente e aplica um bloqueio de braço no cotovelo direito do Tori por trás.

Uke: empurra Tori e avança (esquerda-direita-esquerda); Tori também é forçado a avançar.

Tori: na terceira passada, ele faz uma meia volta para o Uke e aplica um chute lateral no interior do joelho esquerdo do Uke com o lado de seu pé direito (Kiai).

Tori: coloca seu pé direito para baixo, avança o pé esquerdo e passos para a frente diagonalmente e aplica Waki-gatame em uma posição de pé, olhando para a frente.

Para submissão Uke bate em sua perna esquerda duas vezes, Uke não deve curvar-se muito.

Pequeno / Médio

Ushiro-eri-dori

Posição de partida: Uke se aproxima por trás. Quando Tori atinge o centro, Uke agarra a parte de trás do colarinho de Tori por trás e pisa para trás com o pé esquerdo e tenta puxá-lo para baixo pelas costas. Tori: gira em torno de seu corpo para a esquerda com o pé esquerdo, levanta a mão esquerda para proteger o rosto e soca Uke no plexo solar com o punho direito (Kiai). Tori: controla o pulso do Uke com seu ombro e pescoço esquerdo e aplica chave de braço Ude-gatame quebrando o equilíbrio do Uke para o canto direito do Tori atrás. Para submissão Uke bate em sua perna esquerda duas vezes, Uke não deve curvar-se muito.	Pequeno / Médio
--	-----------------

Ushiro-jime

Posição de partida: Uke se aproxima por trás. Quando Tori atinge o centro, Uke tenta um Hadaka-Jime em pé. Tori: curva-se em seu queixo defendendo-se com ambas as mãos puxando para baixo do braço direito do Uke. Ele torce seu corpo para a esquerda controlando o braço direito do Uke com o ombro direito, mudando a pegada com a mão esquerda e pressionando o cotovelo direito do Uke com a mão direita, Tori puxa o Uke para o solo e prendê-lo com uma chave de braço Te-gatame. Uke está deitado em seu estômago e bate duas vezes no tatame.	Pequeno / Médio
---	-----------------

Kakae-dori

Posição de partida: Uke se aproxima por trás. Quando Tori atinge o centro Uke pisa a frente com o pé direito e abraça em torno da cintura o Tori sobre os dois braços por trás. Assim que ele toca o Tori, Tori pisa no peito do pé direito do Uke com seu calcâncar direito (Kiai), em seguida, abaixa seu quadril e força seus cotovelos para fora para livrar-se do abraço. Tori agarra o punho direito do Uke com a mão esquerda, vira seu corpo para a direita pisando com o pé esquerdo e aplica uma chave de braço com a mão esquerda no punho direito do Uke e colocando seu antebraço direito com a mão aberta sobre o cotovelo do Uke. Ele avança com o pé esquerdo controlando o cotovelo direito do Uke, vira à sua direita, avança diagonalmente com o pé direito e lança Uke para a frente diagonalmente. Uke não se levanta. Tori fica em Shizen-Tai.	Pequeno / Médio
---	-----------------

Naname-uchi

Tori e Uke vão para o centro. Uke: ataca para bater com o punho direito na têmpora esquerda do Tori (pé esquerdo-direito, Kiai). Tori: passa p/ trás com o seu pé direito, se esquiva e evita o braço do Uke com a mão esquerda (dedo pequeno para cima) e dá um <i>uppercut</i> direito no Uke (Kiai). Tori: reverte sua mão esquerda para segurar o braço direito do Uke, mantendo o braço direito do Uke empurrado para dentro , ele coloca sua mão direita em Yahazu (forma V) na garganta do Uke e joga o Uke com Osoto-otoshi.	Pequeno / Médio
--	-----------------

Ago-tsuki

Tori e Uke vão para o centro. Uke: ataca para bater no queixo do Tori com um <i>uppercut</i> com seu punho direito (pé direito para a frente, Kiai). Tori: pequeno passo para trás com o pé esquerdo e defende o golpe de baixo com a mão direita, ele agarra o punho do Uke com a mão direita, vira e levanta o braço do Uke (cotovelo para cima) em direção ao seu rosto, torcendo o braço direito do Uke em uma chave de braço. Tori: passo profundo para a frente com o pé esquerdo empurrando para a frente o cotovelo direito do Uke com a mão esquerda e joga Uke diagonalmente para a esquerda . Uke não se levanta.	Pequeno / Médio
---	-----------------

Ganmen-tsuki

Tori e Uke vão para o centro. Uke: toma uma postura de esquerda e ataca para bater no rosto de Tori com o punho esquerdo no momento em que ele atinge a distância adequada (Kiai). Tori: evita o golpe, avançando para a direita, batendo nas costelas esquerda do Uke com o punho direito (Kiai). Tori: move-se atrás do Uke com seu pé direito-esquerdo em Tsugi-ashi e aplica Hadaka-Jime pisando para trás com seu pé esquerdo e, em seguida, o pé direito em Tsugi-ashi. Uke: defende puxando para baixo o antebraço direito do Tori com ambas as mãos, em seguida, bate no tatame duas vezes com o pé para submissão, Tori solta o Uke, se move para a esquerda e deixa Uke cair de costas.	Pequeno / Médio
---	-----------------

Mae-geri

Tori e Uke vão para o centro. Uke: ataca para chutar o Tori com Mae-geri em sua genitália com a parte inferior do antepé (Kiai). Tori: dá passo para trás com o pé direito e vira à direita para evitar o ataque, ele agarra o tornozelo com a mão esquerda, com a mão direita agarra em torno e gira a parte inferior do antepé do Uke no sentido anti-horário para que o Uke perca o equilíbrio, em seguida, empurra para a frente em Tsugi-ashi e joga Uke para baixo de costas, elevando e empurrando o pé direito do Uke com as duas mãos.	Pequeno / Médio
---	-----------------

Yoko-geri

Tori e Uke vão para o centro. Uke: passos para a frente diagonalmente com o pé esquerdo e tenta chutar o Tori ao lado em Yoko-geri com a borda externa de seu pé direito (Kiai). Tori: passos para a frente diagonalmente, pé esquerdo-direito e move-se rapidamente afastando o pontapé do Uke com seu antebraço direito com dedos estendidos. Ele pisa atrás do Uke colocando as mãos nos ombros do Uke, coloca para baixo o joelho esquerdo e puxa Uke para baixo nas costas para a sua direita atrás.	Pequeno / Médio
--	-----------------

Buki (contra ataque armado): maneiras de devolver as armas para Uke

Punhal: Tori devolve para o Uke com ambas as mãos, a lâmina de corte para si mesmo e a ponta a sua direita. Bastão: Tori devolve para o Uke com ambas as mãos. Pistola: Tori devolve para o Uke com ambas as mãos, a empunhadura em direção ao Uke e o cano à sua direita.	Pequeno / Médio
--	-----------------

Tsukkake

Uke recolhe o punhal ajoelhado (joelho direito para cima): lâmina de corte para cima dentro da jaqueta. Tori e Uke vão para o centro e eles param a meio passo de distância. Uke: desembainha o punhal (borda da lâmina afiada para cima) pisa para trás com o pé direito no momento em que ele alcança a distância adequada. Tori: passo com o pé direito- esquerdo para o lado esquerdo do Uke, tomando o cotovelo esquerdo do Uke para empurrar para sua esquerda com a mão direita, aplica Me-tsubushi no olhos Uke com sua palma esquerda (Kiai). Tori: agarra o punho esquerdo do Uke com a mão esquerda para torcer e levantar, mudando sua mão direita (palma para baixo) no cotovelo esquerdo do Uke, ele arrasta o Uke para o solo e controla o cotovelo esquerdo do Uke com te-gatame. Uke deita-se no seu estômago e bate no tatame duas vezes segurando o punhal.	Pequeno / Médio
---	-----------------

Choku-tsuki

Tori e Uke vão para o centro. Uke: avança com o pé esquerdo até o momento em que ele alcança a distância adequada enquanto desembainha o punhal (borda da lâmina afiada para cima). Uke: avança com o pé direito, tenta esfaquear o Tori no estômago (Kiai). Tori: passos para a frente com o pé esquerdo para desviar da estocada e controla com a mão esquerda no cotovelo do Uke, ele aplica um <i>uppercut</i> com seu punho direito (Kiai), agarra o punho direito com ambas as mãos e puxa Uke para a frente diagonalmente aplicando Waki-gatame, posição de pé, olhando para frente. Para submissão, o Uke bate em sua perna esquerda duas vezes e não deve curvar-se muito.	Pequeno / Médio
--	-----------------

Naname-tsuki

Tori e Uke vão para o centro. Uke: avança com o pé esquerdo no momento em que ele alcança a distância adequada enquanto puxa o punhal (borda da lâmina afiada para cima) para fora da sua jaqueta com uma pegada reversa e levanta-o para atacar. Uke: passos para a frente com o pé direito, tenta esfaquear Tori no lado esquerdo do pescoço (Kiai). Tori esquia-se da facada pisando para trás no seu pé direito para girar seu corpo à sua direita, agarra o punho direito do Uke com a mão esquerda em Kote-Gaeshi, imediatamente coloca a mão direita sobre e joga Uke, bloqueando o punho enquanto pisa para a frente com o pé direito e pisa para trás com o pé esquerdo. Tori: aplica Te-gatame no braço direito do Uke, controlando com o joelho direito no lado direito do Uke. Uke bate no tatame duas vezes com a mão esquerda. Tori retira o punhal afastado com a mão esquerda, Tori leva-o embora sem agarrar o lado da borda da lâmina.	Pequeno / Médio
--	-----------------

Furi-age

Uke coloca o punhal de volta no tatame e recolhe o bastão ajoelhado (joelho direito para cima), segurando o bastão em sua mão direita, apontando para baixo. Tori e Uke vão para o centro. Uke: Dá um passo para trás com o pé direito no momento em que ele alcança a distância adequada, tenta um ataque, levantando o bastão acima de sua cabeça. Tori dá um passo profundo a frente com o pé esquerdo bloqueando o braço direito do Uke com seu antebraço esquerdo e empurra o queixo do Uke para cima com a base de sua palma direita para quebrar seu equilíbrio para trás (Kiai). Tori: joga Uke com um O-Soto-gari.	Pequeno / Médio
---	-----------------

Furi-oroshi

Tori e Uke vão para o centro.

Uke: avança com o pé esquerdo no momento em que ele alcança a distância adequada, levanta o bastão em seu lado direito com ambas as mãos (Tori para). Uke: passo para a frente com o seu pé direito atacando diagonalmente no lado esquerdo da cabeça do Tori (Yokomen esquerda) (Kiai).

Tori: passo para trás para evitar o bastão com o pé direito, em seguida, passos para a frente com o pé esquerdo e com atemi ataca Uke no rosto com a parte de trás de seu punho esquerdo (Kiai).

Tori agarra o bastão com a mão direita batendo novamente em atemi com sua esquerda Te-gatana no meio das sobrancelhas Uke (Kiai), em seguida, empurra Uke com força para baixo e para trás que ele caia, puxando o bastão das mãos do Uke.

Pequeno / Médio

Morote-tsuki

Tori e Uke vão para o centro.

Uke: **deve** estar pronto para acertar Tori no plexo solar com a ponta do bastão no momento em que ele alcançar a distância adequada. Uke ataca avançando com seu pé esquerdo (Kiai).

Tori: passo para a frente com o pé direito, enquanto se vira para a esquerda em Tai-Sabaki e se desvia do bastão rapidamente com a mão direita (quatro dedos para cima).

Tori: agarra o bastão na frente do punho esquerdo do Uke com a mão esquerda (quatro dedos para cima), em seguida, agarrando o bastão com a mão direita entre as duas mãos do Uke (quatro dedos para cima), enquanto pisa para a frente com o pé direito na frente dos pés do Uke. Ele avança diagonalmente em Tsugi-ashi com seu pé direito controlando com um bloqueio de braço no cotovelo esquerdo do Uke. Colocando pressão sobre o cotovelo esquerdo, ele então joga o Uke, mantendo o bastão; então ele toma posição esquerda mudando sua pegada esquerda sobre o bastão e apontando a ponta do bastão para o Uke.

Uke não se levanta.

Pequeno / Médio

Shomen-zuke

Uke coloca o bastão de volta no tatame e recolhe a pistola ajoelhado (joelho direito para cima) e colocá-lo dentro de seu casaco.

Tori e Uke vão para o centro.

Uke ordena mãos ao alto "te wo agero!".

Tori levanta as mãos lentamente. Uke pressiona o cabo da pistola no estômago de Tori (pé direito um passo à frente). Quando Uke olha para baixo para procurar o lado direito do quadril de Tori com sua mão esquerda, Tori torce seu quadril para sua direita, a fim de evitar o cano e agarra o tambor do revólver com a mão esquerda, polegar na ponta, e ao mesmo tempo agarra pulso do Uke com a sua mão direita. Ele puxa o pulso direito do Uke para a frente enquanto empurra o tambor da pistola para baixo para apontar o cano para a axila direita do Uke e retira o revólver (usando apenas o movimento do quadril).

Pequeno / Médio

Koshi-gamae

Tori e Uke vão para o centro.

Uke ordena mãos ao alto "te wo agero!". Uke segura a pistola ao seu lado e aponta-o no abdômen de Tori (pé esquerdo para a frente). Tori levanta as mãos lentamente e Uke se aproxima.

Quando Uke olha para baixo para procurar o lado direito do quadril de Tori com a mão esquerda (pé esquerdo para a frente), Tori torce seu quadril à sua esquerda, agarra o tambor do revólver com a mão direita para apontar o cano da pistola para longe dele, agarra a parte de baixo do revólver com a mão esquerda puxando o revólver para o seu lado direito (usando o movimento do quadril); dobrando o pulso direito para o lado externo do Uke forçando a largar o revólver. Tori, em seguida, atinge Uke no rosto com o fundo da empunhadura do revólver (Kiai).

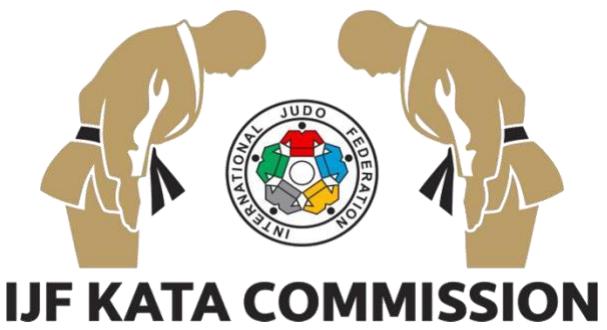
Pequeno / Médio

Haimen-zuke

Uke vem de trás do Tori.

Uke ordena as mãos ao alto "te wo agero!" quando Tori chega no centro. Tori levanta as mãos lentamente. Uke pressiona o cano do revólver contra **o meio das costas** do Tori (pé direito um meio passo a frente). Quando Tori sente a mão do Uke no lado esquerdo de seu quadril, ele **abaixa seu ombro direito e gira** rapidamente para enfrentar o Uke e pisar à sua direita com o pé esquerdo, a fim de evitar o cano da pistola bloqueando o antebraço direito do Uke no cotovelo contra seu corpo com a seu braço direito braço para que o revólver aponte para cima, ele pega o **tambor** do revólver com a mão esquerda (polegar para cima), controlando-o e, em seguida, girando para a frente rapidamente para o seu lado esquerdo, ele joga Uke para baixo para o tatame, tirando a o revólver dele. Eles voltam para a sua posição inicial.

Pequeno / Médio



IJF KATA COMMISSION