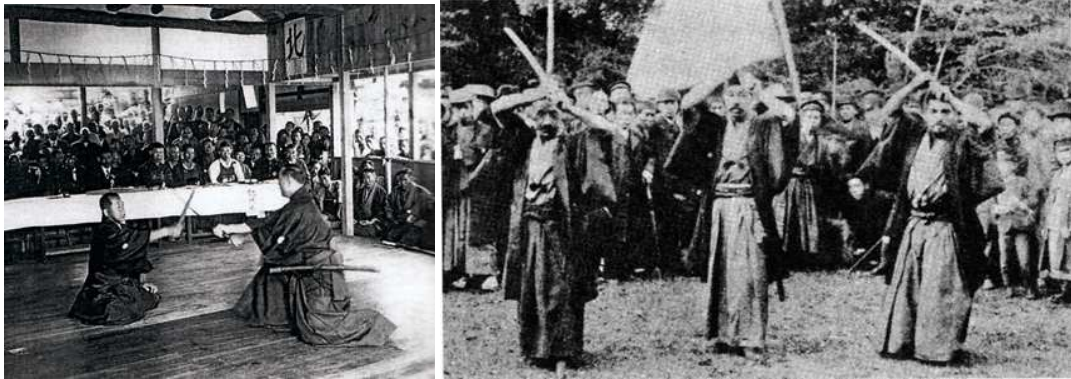


IAIDO

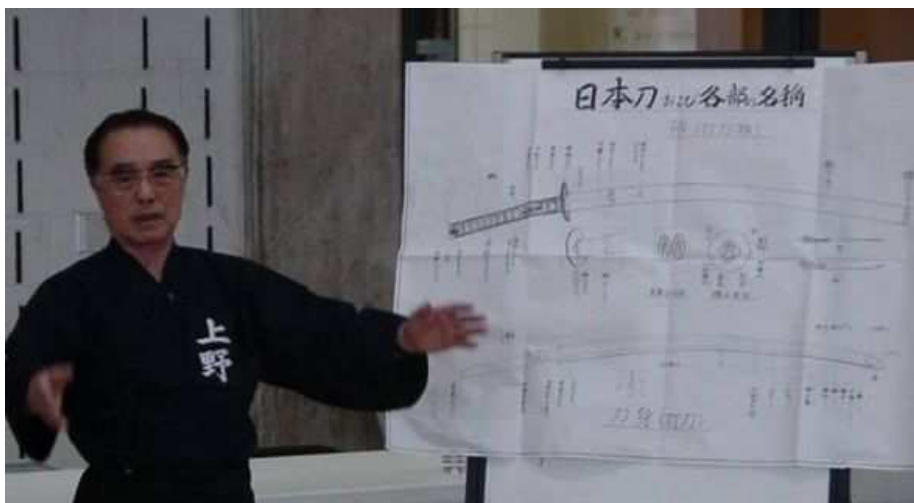


LE SABRE DE IAIDO

Une très grande partie de l'intérêt du **IAIDO** réside dans l'utilisation d'un Sabre (**Katana**) authentique.



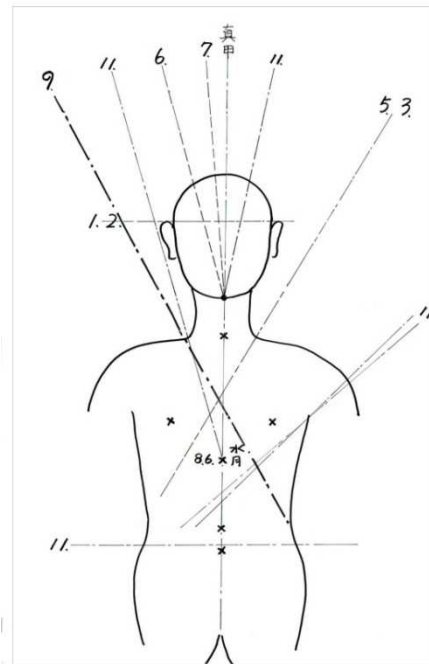
KATANA



UENO Sensei
Hanshi 8ème dan, ZNKR

Toutefois il s'agit d'une arme coûteuse (Certaines lames anciennes sont davantage considérées comme des oeuvres d'art que comme des armes) et les débutants jusqu'à un stade assez avancé de leur pratique peuvent utiliser un sabre factice (**Iaito** ou **Mogi-to**).

Ceci leur permet en outre de s'entraîner sans danger ni pour eux ni pour les autres pratiquants.



La coupe par UENO Senseï Hanshi 8ème dan (Diagramme des angles de coupe)

AU SOL

EN SEIZA NO BU (En Seiza):

- 1 - MAE
- 2 - USHIRO
- 3 - UKE NAGASHI

EN TATE HIZA NO BU (En Tate hiza):

- 4 - TSUKA ATE

DEBOUT

EN TACHI NO BU :

- 5 - KESA GIRI
- 6 - MOROTE TSUKI
- 7 - SANPO GIRI
- 8 - GANMEN ATE
- 9 - SOETE TSUKI
- 10 - SHI HO GIRI
- 11 - SOO GIRI
- 12 - NUKI UCHI

Dans un souci d'unification et afin de permettre à tous les pratiquants d'avoir une base commune, les experts de la Fédération Japonaise de Kendo (**Zen-Nippon-Kendo-Renmei, ZNKR**) ont développé une nouvelle école le **Seitei-Iai** qui comporte aujourd'hui **12 Kata inspirés de Kata de divers Koryu**.

Le pratiquant de Iaido doit travailler le Seitei-Iai (Base commune) et un Koryu (École au choix).

L'étude des Kata du Seitei-Iai est indispensable, au même titre que ceux des Koryu, pour les passages de grades.



OGURA NOBORU Sensei

Hanshi 8ème dan, ZNKR