

Le Jodo

Le **JODO** se pratique à deux, d'un côté le sabre en bois, de l'autre le bâton.

Le jugement précis des distances, une connaissance judicieuse du "timing" et une coordination parfaite du corps et de l'esprit font que les deux pratiquants, bien que s'affrontant, engendrent une remarquable harmonie de mouvements.



Shinto Muso Ryu

Historique

C'est au XVIIème siècle que Gonosuké Muso, maître de sabre rencontra Musashi Miyamoto, une des meilleures lames de l'époque. La technique à deux sabres de Miyamoto eut raison de Muso qui fut vaincu. Il eut néanmoins la vie sauve.

Muso se retira en solitaire, et à travers la méditation rechercha une arme capable de venir à bout de Musashi Miyamoto. Ainsi naquit le JO JUTSU (art du bâton).

La forme ronde, le matériau naturel, la possibilité d'en utiliser les deux extrémités et son aspect inoffensif firent du JO une arme très efficace. Muso, muni de son JO, eut la victoire dans un second combat avec Musashi.

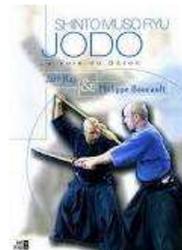
La Suisse est le centre européen de l'école de JODO SHINDO MUSO RYU.

FEJ : Fédération Européenne de Jodo

Informations pratiques

Pour compléter et comprendre plus aisément ce travail et cette école (Ryu), je vous conseille de vous procurer le DVD de Jaff Raji, assisté de Philippe Boucault.

Ecole de Budo Jaff RAJI
183, rue de Nantes
35000 Rennes
06 08 57 26 43



Club affilié

Fédération Française d'Aïkido et Budo
Groupe Aïkikaiï
FFAB n° 20629034

Fédération Européenne de Iaido
FEI n° 273

Agrément jeunesse et Sport
n°

Site INTERNET

Vous trouverez, sur notre site Internet, de nombreuses informations concernant les Budo enseignés ainsi que la pratique au sein du club notamment l'équipement, grille tarifaire, Dojo, etc.

<http://aikidojosankaku.over-blog.com>

Renseignements : 06 13 98 28 39

a.sankaku@orange.fr



Saint Pol de Léon
Morlaix

Aïkido
Iaido
Jodo



Mémo **JODO**
Shinto Muso Ryu

Les Kamae

Kamae de jo

- 1 - Tsune
- 2 - Tsuba wari
- 3 - Tsuki zue
- 4 - Hissage
- 5 - Honte
- 6 - Gyakute
- 7 - Hiki otoshi
- 8 - Ichi monji
- 9 - Kasumi
- 0 - Monomi
- 11 - Kasa no shita
- 12 - Ichi rei
- 13 - Hosō michi
- 14 - Yoko giri dome

Kamae de ken

- 1 - Seidan
- 2 - Jodan
- 3 - Chudan
- 4 - Gedan
- 5 - Waki
- 6 - Hasso
- 7 - Gyaku hasso
- 8 - Nito
- 9 - Hoboku

Taïto : ken à la ceinture
Sageto : ken tenu par la mG le long du corps

Ordres

Motoe : position initiale
Yo : prêt
Hajime : partez
Yame ! : halte !
Maware migi : demi tour droite
Osame : ramener le jo en Tsune no kamae

Ichi kotaï : changer de place
Shi uchi kotaï : échanger les armes

Les Kihons

Les KIHONS et leur signification :

1. HON TE UCHI : (base) (main) (coupe)
- coupe avec la main en position de base
2. GYAKU TE UCHI : (envers) (main) (coupe)
- coupe avec la main en position inversée
3. HIKI OTOSHI UCHI : (retirer) (faire tomber) (coupe)
- retirer le Jo et couper pour faire tomber
4. KAESHI TSUKI : (retourner) (coup d'estoc)
- retourner l'arme et porter un coup d'estoc
5. GYAKU TE TSUKI : (envers) (main) (coup d'estoc)
- coup d'estoc avec la main inversée
6. MAKI OTOSHI : (envelopper) (faire tomber)
- faire tomber par un mouvement enveloppant
7. KURI TSUKE : (guider) (plaquer)
- guider et plaquer l'arme contre le corps
8. KURI HANASHI : (guider) (laisser aller)
- guider et lâcher (laisser aller)
9. TAI ATARI : (corps) (percuter)
- percuter le corps de l'adversaire
10. TSUKI HAZUSHI UCHI : (coup d'estoc) (éviter) (coupe)
- éviter un coup d'estoc et couper
11. DÔ BARAI UCHI : (torse) (balayage) (coupe)
- coupe sur une attaque transversale au corps
12. TAI HAZUSHI UCHI : (corps) (éviter) (coupe)
- éviter avec le corps et couper

*Les kihons se travaillent seul (tandoku)
puis à deux (sotai).*

La tenue du corps (shisei) et la respiration (ki-ai) sont des éléments fondamentaux à mettre en place pour maîtriser un bon Ma-ai afin d'acquérir et développer le rythme dans les katas.

Les Katas

Les KATAS et leur signification :

OMOTE :

1. TACHI OTOSHI : faire tomber le sabre
2. TSUBA WARI : casser la garde
3. TSUKI ZUE : le bâton qui atteint son but
4. HISSAGE : baisser - faire descendre
5. SAKAN : pénétration par la gauche
6. UKAN : pénétration par la droite
7. KASUMI : brume
8. MONOMI : la vision des choses
9. KASA NO SHITA : sous le chapeau de bambou
10. ICHI REI : une seule révérence
11. NEYA NO UCHI : à l'intérieur de la chambre
12. HOSŌ MICHİ : chemin étroit

TOKUSHU WASA :

SUIGETSU : plexus solaire
SHAMEN : diagonale

CHUDAN :

1. ICHI RIKI : une seule force
2. OSHI ZUME : pousser (au pied du mur)
3. MIDARE DOME : contrôle d'une turbulence
4. USHIRO ZUE (zen) : le bâton arrière
- 4bis. USHIRO ZUE (go) : le bâton arrière
5. TAISHA : la roue qui attend
6. KENGOME : s'insérer dans l'espace
7. KIRI KAKE : la coupe avortée
8. SHIN SHIN : avance constante
9. RAI UCHI : coup de tonnerre
10. YOKOGIRI DOME : arrêt d'une coupe latérale
11. HARAÏ DOME : arrêt d'une coupe transversale
12. SEIGAN : droit dans les yeux

RANAI :

Odachi & Kodachi

Par la suite le travail se poursuit par les techniques de Kenjutsu et de Kobudo (Tanjo jutsu, Jutte jutsu, Kusarigama jutsu)