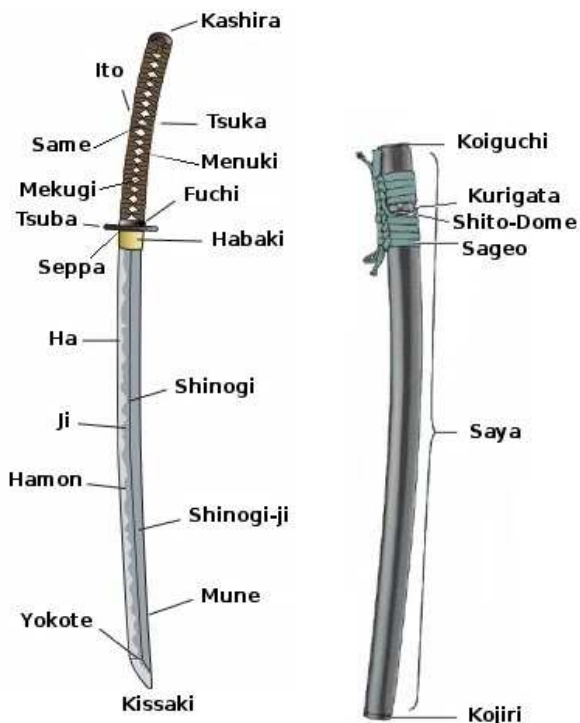


Le Iaïdo

le iaïdo (art de couper en dégainant le sabre), se fait sous forme de katas que l'on réalise seul.

Les cours de iaï sont axés sur l'étude de l'école Muso Shinden Ryu, choisie comme référence par la FEI pour son universalité et sa rigueur pédagogique.

Monenclature du katana



Pour vous aider dans la pratique

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

Ecole de Budo - RAJI
183, rue de Nantes
35000 Rennes
tel : 06 08 57 26 43



FEI : Fédération Européenne de Iaïdo

La F.E.I. a pour but la diffusion en Europe de l'IAI (art de couper en dégainant le sabre), discipline morale et physique qui s'inscrit dans le cadre des arts martiaux japonais traditionnels. A ce titre, la F.E.I. se propose de regrouper tous les pratiquants de cette discipline, la diversité des styles constituant l'une de ses principales richesses.

Son siège est situé à Genève, en Suisse. Elle est actuellement présidée par M. [Dominique PIERRE](#)

Pour plus de renseignements :

<http://www.fe-i-ai.ch/>

Aïki Dojo Sankaku

Club affilié

Fédération Française d'Aïkido et Budo
Groupe Aïkikaiï

FFAB n° 20629034

Fédération Européenne de Iaïdo
FEI n° 273

Fédération Européenne de Jodo
Agrément jeunesse et Sport

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.fr>

Renseignements : 06 13 98 28 39

a.sankaku@orange.fr

Ne pas jeter sur la voie publique - IPNS



Saint Pol de Léon
Morlaix

Aïkido

Iaïdo
Jodo



Mémo IAÏDO
Muso Shinden Ryu

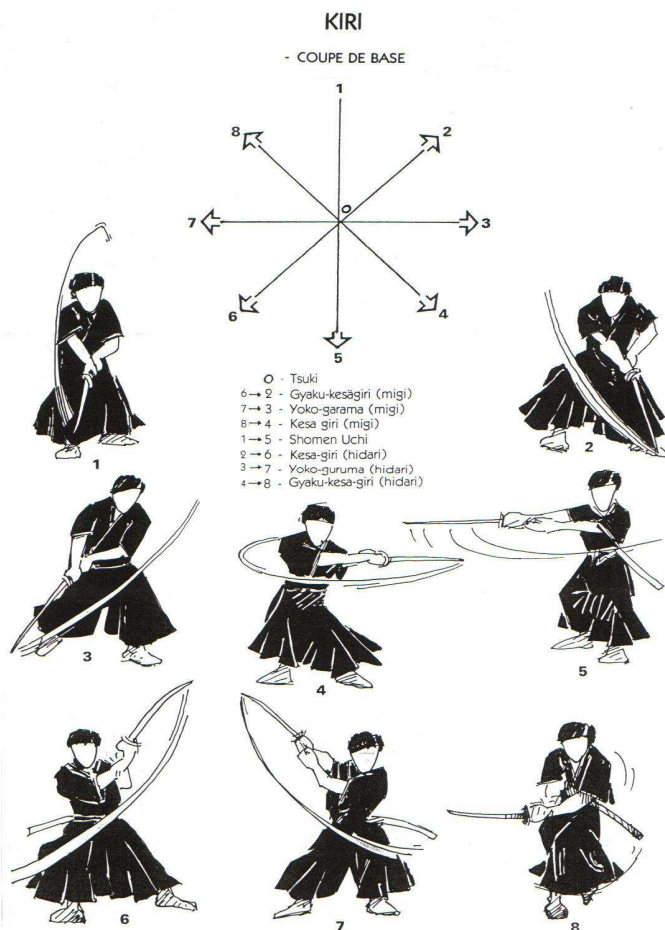
Les coupes

Les quatre phases d'un mouvement de laïdo

- Nuki Tsuke** : dégainer et couper
Kiri Tsuke : coupe principale
Chiburi : enlever le sang
Noto : regagner

En règle générale, un KATA de IAI est composé d'une ou plusieurs coupes, exécutées immédiatement après le NUKITSUKE.

Huit sont les directions fondamentales de coupe (HAPPO-GIRI) avec le sabre hors du fourreau, à savoir :



Shoden - Omori Ryu

Position de départ : seiza

- 1 - Shohatto : première frappe
- 2 - Sato : frappe à gauche
- 3 - Uto : frappe à droite
- 4 - Atarito : frappe en se retournant
- 5 - In'yoshintaï : la double barrière
- 6 - Ryuto : la frappe qui glisse
- 7 - Junto : frappe dans l'ordre
- 8 - Gyakuto : tirer avantage, poursuivre et frapper
- 9 - Seichuto : frappe semi redressé
- 10 - Koranto : frappe du tigre
- 11 - Gyakute-in'yoshintaï :
- 12 - Nuki-uchi (Batto) : dégainer - frapper

Chuden - Hasegawa Ryu

Position de départ : tatehiza

- 1 - Yokogumo : Nuage à l'horizontal
- 2 - Tora-issoku : Un pas de tigre
- 3 - Inazuma : L'éclair
- 4 - Ukigumo : Nuage flottant
- 5 - Yamaoroshi : Vent soufflant de la montagne
- 6 - Iwanami : Ressac de la vague sur le rocher
- 7 - Urokogaeshi : Renversement des écailles
- 8 - Namigaeshi : Renversement de la vague
- 9 - Takiotoshi : Chute d'eau
- 10 - Nuki-uchi (Makko) : Dégainer frapper

Haya nuki

Cette forme permet d'enchaîner les dix katas de la série Hasegawa Eishin Ryu. Pour réussir cette enchaînement, le kata : *Iwanami* peut être parfois placé entre *Inazuma* et *Uki gumo*.

Cet exercice développe l'endurance.

Okuden - Oku iai

Position de départ : tatehiza

- 1 - Kasumi : "brouillard"
(balayage latéral, L'aller retour du sabre évoque une nappe de brouillard)
- 2 - Sune Gakoi : envelopper (protéger) le tibia
- 3 - Tozume : gêne par la porte
- 4 - Towaki :
- 5 - Shihogiri : frappe dans 4 directions
- 6 - Tanashita : sous l'étagère
- 7 - Ryozone : obstacles de part et d'autre
- 8 - Torabashiri : déplacement du tigre)

Position de départ : tachiwaza

- 1 - Yukizure : accompagner
- 2 - Tsuredachi : être emmené
- 3 - Somakuri : revue générale" (frappe 5 fois)
- 4 - Sodome : arrêts (frappe en dégainer)
- 5 - Shinobu : Se dissimuler
(coup de sabre de nuit)
- 6 - Yukichigai : se croiser
- 7 - Sode surigaeshi : retourner les plis des manches
- 8 - Mon Iri : dans la porte
(se cacher et bondir)
- 9 - Kabezoi : le long du mur
- 10 - Ukenagashi : parer en laissant glissant le sabre de l'adversaire
- 11 - Oikakekiri * : poursuivre et tuer
- 12 - Ryoshi Hikitsure * : emmener de force
- 13 - Ito Magoi (Nuki-uchi) : Saluer avant de partir
(dégainer frapper)

(Bien qu'il fasse partie de la série debout, ce dernier Kata se pratique en Seiza)

* les katas 11 et 12 ne sont plus enseignés car ils correspondent à des formes d'attaque peu compatible avec l'esprit du laï moderne.