Shito-ryu Shukokai Karatedo World Union
Shito-ryu Shukokai Karate Wien
ZVR-Zahl 270806248
Dojo: Pyrkergasse 1, 1190 Wien
Email: shukokai@aon.at, Internet: https://shukokai-karate-wien.at

Heian Yo(n)dan (4)

平安四段

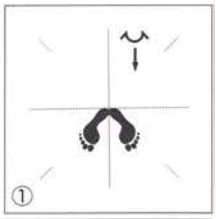
糸東流修交会空手

Quelle:
Manual Heian
Yamada-ha Shito-ryu Shukokai Gishinkan
Yamada Haruyoshi, 10. Dan
Amagasaki , Japan; 2012

① 結び立ちとなり両手は両大腿部外側につけて伸ばす。目付南。

Stand in the proper form of MUSUBIDACHI, with both hands attached to the thighs, fingers straightened and eyes southwards.

Mettez-vous debout en forme de MUSUBIDACHI, les deux mains attachées aux cuisses à doits joints et baissés, et les yeux vers le sud.



② 右足を横に開いて外八字立ちとなり両手は握り大腿部前面に構える。目付南。

Take a pose of SOTOHACHIJIDACHI by moving the right foot horizontally, clenching the fists, putting them properly in front of each thigh and keeping eyes southwards.

Formez la pose de SOTOHACHIJIDACHI en mouvant horizontalement le pied droit, chacun des poings serrés et les mettant devant les cuisses d'une façon propre, toujours les yeux vers le sud.

③ 体を左(東)へ向けて猫足立ちとなり左手は開き、手甲側小手にて中段受けをし、右手は開いて右側頭部前に構える。目付東。

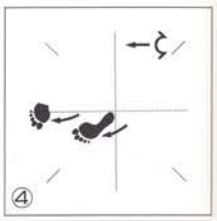
Turn to the left (east) and stand in the form of NEKOASHIDACHI, with the left hand open to perform CHUDANUKE by use of SHUTO and the right hand also open to be placed in front of the right side of head, eyeing eastwards.

Tournez-vous à gauche et formez la pose de NEKOASHIDACHI, puis, prenez la posture de CHUDANUKE par la main gauche ouvrée avec SHUTO tandis que la main droite, aussi ouverte, est portée à droit devant la tête, les yeux vers l'est.

④ 体を西に向けて猫足立ちとなり右手は手甲側小手にて中段受け、左手は左側頭部前面に構える。目付西。

Turn to the west to form NEKOASHIDACHI with the right hand in the shape of SHUTO posed as CHUDANUKE and the left hand placed in front of the head on the left side, eyeing west.

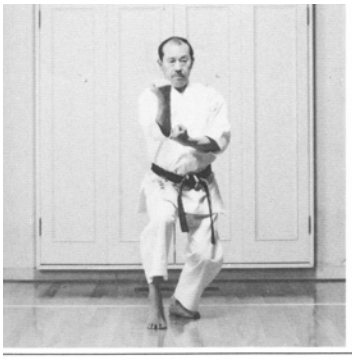
Tournez-vous à l'ouest et formez NEKOASHIDACHI et composez CHUDANUKE de la main droite en forme de SHUTO. Et portez la main gauche dans le même sens devant la tête, les yeux vers l'ouest.



⑤ 左足を南へ1歩踏み込んで前屈立ちとなり左手を下にして左右の前腕を交叉したまま体の中央下方へ落とす。目付南。

One step forward to the south by the left foot to form ZENKUTSUDACHI, making both forehands (with the left one below) cross each other in front. Then, let them drop onto the center of the body, eyeing southwards.

Avancez le pied gauche d'un pas de plus et formez ZENKUTSUDACHI. Puis, faiets se croiser les avant-bras (le bras gauche en dessous). Ensuite, laissez-les tomber au milieu du corps, les yeux vers le sud.



⑥ 右足を１歩前進して猫足立ちとなり右腕で中段受けをする。左手は甲を下にして水月前に水平にして構える。目付南。

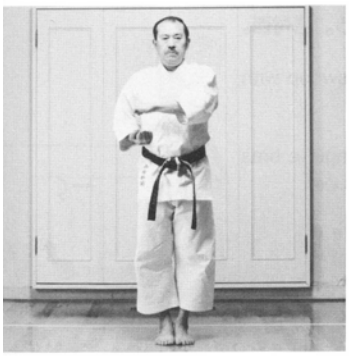
Forward the right foot by one step and shape up NEKOASHIDACHI with the right arm posed as CHUDANUKE, placing the left hand (its back toward the floor) in front of SUIGETSU horizontally.Eye direction is south.

Avancez le pied droit d'un pas et formez NEKOASHIDACHI pour composer la pose de CHUDANUKE par le bras droit. Et portez la main gauche (son dos vers le sol) devant SUIGETSU horizontalement. Les yeux sont dirigés sur le sud.

⑦ 写真⑥の側面。

Performance of ⑥ as viewed from the side.

Profil de l'action ⑥.



⑧ 右足へ左足を引きつけて閉足立ちになり右拳は脇へ引き、左腕は甲を上にして前腕を水月前に水平に構える。目付東。

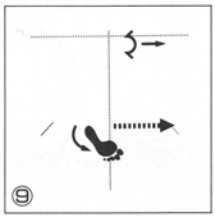
By joining the left foot to the right foot, take a form of HEISOKUDACHI, with the right fist drawn back to the flank, the back of the left arm toward the ceiling and the forearm leveled in front of SUIGETSU. Eyea are set to the east.

Joignez le pied gauche au pied droit et tenez-vous en HEISOKUDACHI, le poing droit retiré au flanc, le dos du bras gauche vers le ciel et l'avant-bras porté horizontalement devant SUIGETSU. Les yeux se dirigent sur l'est.

⑨ 東へ左中段蹴りを行なうと同時に左腕で鼻の高さを横に払う。目付東。

Perform HIDARI CHUDANGERI toward the east and, at the same time, make a sweep with the left arm at a level of the nose as illustrated. Eyes are set to the east.

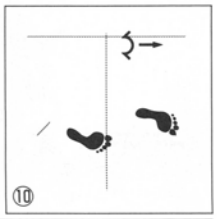
Exécutez HIDARI CHUDANGERI sur l'est et, en même temps, faites agir le bras gauche d'un geste large au niveau du nez comme illustré à gauche. Les yeux se dirigent vers l'est.

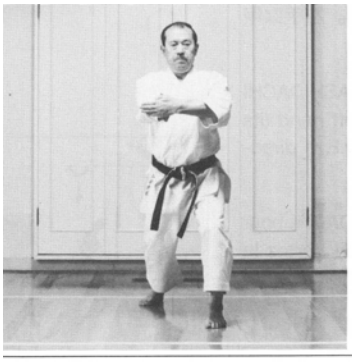


⑩ 蹴った左足を前におろして前屈立ちとなり左手は開いて体の前に曲げ、右拳は甲を上にして左前腕内側に右肘当てする。目付東。

By getting down the left foot (that has finished CHUDANGERI), stand in the form of ZENKUTSUDACHI, with the left hand open and bent toward you, the back of the right fist upwards and the right elbow stretched out as illustrated. Eyes are set to the east.

Faites tomber en face le pied gauche qui a fait CHUDANGERI et prenez la posture de ZENKUTSUDACHI avec la main gauche ouverte et pliée devant le torse, le dos du poing droit dirigé en dessus et le coude écarté comme illustre à gauche. Les yeux se dirigent vers l'est.

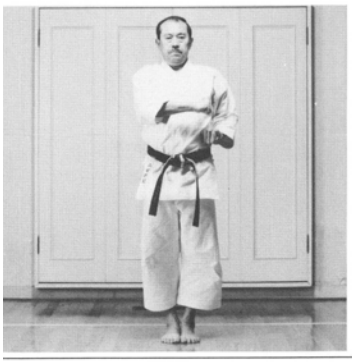




⑪ 写真⑩の前面。

Front view of ⑩.

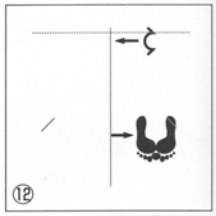
Vue de face du ⑩.

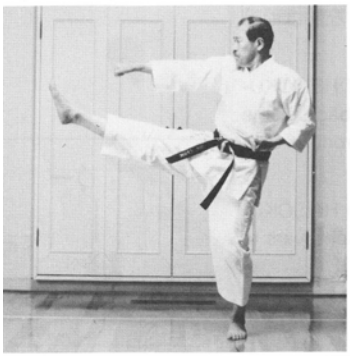


⑫ 右足を左足へ引き閉足立ちとなり左拳は脇へ引き、右手は甲を上にして前腕を水月前に水平に構える。目付西。

Join the right foot to the left foot to take a posture of HEISOKU-DACHI, with the left fist drawn back to the flank, the back of the right hand put upwards and the right forearm placed before SUI-GETSU horizontally. Eyes derection is west.

Joignez le pied droit au pied gauche et tenez-vous en HEISOKU-DACHI, le poing gauche retiré au flanc, lr dos de la main droite dirigée en haut ey son avant-bras porté horizontalement devant SUIGETSU. Les yeux sont derigés sur l'ouest.

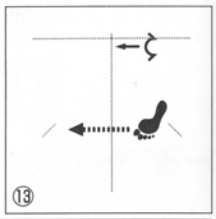




⑬ 西へ右中段蹴りを行なうと同時に右腕で鼻の高さを横に払う。目付西。

Perform MIGI CHUDANGERI et lose no time to make a sweep with the right arm at a level of the nose, eyeing west.

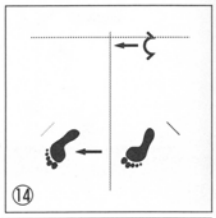
Exécutez MIGI CHUDANGERI et immediatement, faites agir le bras droit d'un geste large au niveau du nez, les yeux vers l'ouest.



⑭ 蹴った足を前におろして前屈立ちとなり右前腕内側に左肘当てする。目付西。

By getting down the foot that has just done the kick, stand in the form of ZENKUTSUDACHI to perform HIDARI HIJIATE as illustrated. Eyes are set to the west.

Faites tomber en face le pied qui vient de faire un coup, et prenez la forme de ZENKUTSUDACHI pour executer HIDARI HIJIATE comme illustré ici. Les yeux se dirigent vers l'ouest.



⑮ 写真⑭の前面。

Front view of ⑭.

Vue de face du ⑭.

⑯ 両膝を伸ばして体を起こして南へ向き右手は掌にて下より肩の高さまで掬いあげ、左手は掌を前に向け前額部前に構える。目付南。

With both knees and the body itself straightened, face to the south. In this performance, raise the right hand to the level of shoulder as if scooping up something from the bottom while the left hand is to be put in front of the forehead, with the palm facing front. Eyes are set to the south.

Les genoux bien tendus et le torse redressé, tournez-vous vers le sud. Avec cette action, levez la main droite au niveau de l'épaule de façcon à puiser de l'eau dans le paume. D'autre part, portez la main gauche devant le front en dirigeant le paume en face. Les yeux sont fixés vers le sud.

⑰ 写真⑯の側面。

Performance of ⑯ as viewed from the side.

Profil de l'action ⑯.

⑱ 手はそのままで右で中段蹴りを行なう。

Keeping the hands in the same posture, perform MIGI CHUDAN-GERI.

Sans changer la posture des mains, exécutez MIGI CHUDANGERI.

⑲ 写真⑱の側面。

Performance of ⑱ as viewed from the side.

Profil de l'action ⑱.

⑳ 蹴った足を前におろしながら左手にて中段を下に払う。側面図。目付南。

While getting down the kicking foot, sway down the left hand. Side view. Eye direction is south.

En faisant tomber en face le pied qui a fait le coup, lancez la main gauche au bas. Vue latérale. Les yeux sont dirigés sur le sud.

㉑ 交叉体となり左拳は脇へ引き右拳で上段へ裏打ちする。目付南。

Stand in the form of KOSADACHI, with the left fist drawn back to the flank and the right fist taking an upward from as URAUCHI, eyeing south.

Tenez-vous en KOSADACHI, le poing gauche retiré au flanc et le poing droit en forme de URAUCHI ou un coup de bas en haut. Les yeux sont fixés au sud.

㉒ 写真㉑の側面。

Performance of ㉑ as viewed from the side.

Profil de l'action ㉑.

㉓ 両足の位置そのままで後方(北西)へ体を回して猫足立ちとなり左腕で中段受け、右拳は脇へ引く。目付北西。

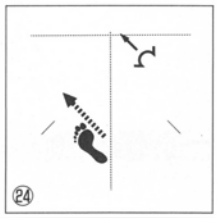
Keeping the same foot position, turn round backwards (northwest), stand in the form of NEKOASHIDACHI and perform CHUDANUKE using the left arm with the right fist drawn back to the flank. Eye direction is northwest.

Sans changer la position des pieds, tournez-vous en arrière (le nord-ouest) et prenez la posture de NEKOASHIDACHI, le bras gauche mis en CHUDANUKE et le poing droit retiré au flanc. Les yeux sont diriges vers le nord-ouest.

㉔ 右足で北西へ中段蹴り。目付北西。

Perform CHUDANGERI toward the northwest, eyes set to the same direction.

Executez CHUDANGERI sur le nord-ouest, les yeux dirigés dans le meme sens.



㉕ 蹴った足を前(北西)におろし基立ちとなり右拳で中段突きを行なう。左拳は脇へ引く。目付北西。

Getting down the kicking foot in front (northwest), stand in the form of MOTODACHI to perform CHUDANZUKI using the right fist, with the left fist drawn back to the flank and toward the northwest.

En faisant tomber en face (le nord-ouest) le pied qui a fait le coup, tenez-vous en forme de MOTODACHI et exécutez CHUDANZUKI par le poing droit, le poing gauche retiré au flanc et les yeux vers le nord-ouest.

㉖ 位置および立ち方そのままで左拳で中段突き。写真㉕、㉖は連続突き。

Keeping the same position and standing posture as those of ㉕, perform CHUDANZUKI by the left fist. Photos ㉕ and ㉖ show a series of blows.

Avec la même position et le même pose debout que ceux de ㉕, exécutez CHUDANZUKI par le poing gauche. Les photos ㉕ et ㉖ montrent une série de ces coups.

㉗ 右足を北東へ移動して猫足立ちとなり右腕で中段受け、左拳は脇へ引く。目付北東。

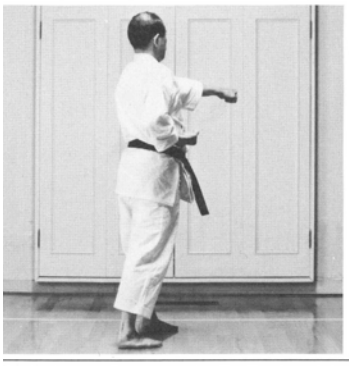
Shift the right foot toward the northeast, then, pose as NEKO-ASHIDACHI, with the right arm shaping up CHUDANUKE and the left fist drawn back to the flank. Eyes are set to the northeast.

Déplacez le pied droit sur le nord-est et formez NEKOASHIDACHI, puis, composez CHUDANUKE du bras droit, le poing gauche retiré au flanc. Les yeux se dirigent vers le nord-est.

㉘ 左足で同方向へ中段蹴り。

Perform CHUDANGERI by the left foot in the same direction as it is.

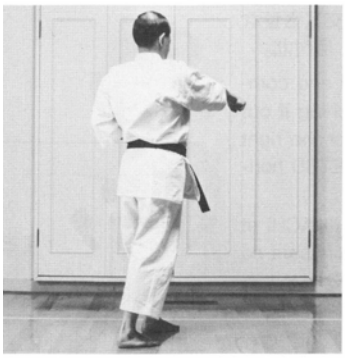
Executez CHUDANGERI par le pied gauche dans le sens auquel il se dirige.



㉙ 蹴った足を前へおろして基立ちとなり左中段突き。目付北東。

Getting down the kicking foot in front, stand in the form of MOTO-DACHI and perform HIDARI CHUDANZUKI, eyeing northeast.

Faites tomber en face le pied qui vient de donner le coup et tenez-vous en MOTODACHI, puis exécutez HIDARI CHUDANZUKI, les yeux sur le nord-est.



㉚ そのままの姿勢で続いて右中段突き。写真㉙、㉚は連続突き。

Keeping the same posture as that of ㉙ and further to the left blow, perform MIGI CHUDANZUKI. Photos ㉙ and ㉚ show a series of blows.

Sans changer la pose debout que celle de ㉙ et suivi du coup de bras gauche, exécutez MIGI CHUDANZUKI. Les photos ㉙ et ㉚ montrent cette série des coups.

㉛ 左足を北へ移動して猫足立ちとなり左腕で中段受け、右手は甲を下にして前腕を水月前に水平に構える。目付北。

Shifting the left foot northwards, stand in the form of NEKO-ASHIDACHI, with the left arm posed as CHUDANUKE and the fore-arm of the right hand placed in front of SUIGETSU horizontally, the back of the hand downward. Eyes are set to the north.

Déplacez le pied gauche sur le nord et prenez la forme de NEKO-ASHIDACHI en formant CHUDANUKE par la main gauche et portant l'avant-bras droit devant SUIGETSU horizontalement, le dos de la main droite dirigé au bas. Les yeux sont fixés vers le nord.

㉜ 写真㉛の側面。

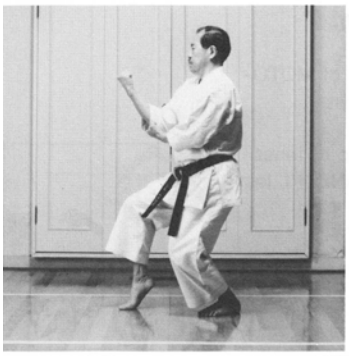
Performance of ㉛ as viewed from the side.

Profil de l'action ㉛.

㉝ 猫足立ちのまま１歩前進して右手は左肘の下より両前腕を交叉させながら中段受け、左手は前腕を水月前に水平に構える。目付北。

One step forward with the posture of NEKOASHIDACHI and compose a form of CHUDANUKE using the right hand by making both forearms cross each other from under the left elbow. As for the left hand, position the forearm in front of SUIGETSU horizontally. Eyes are fixed to the north.

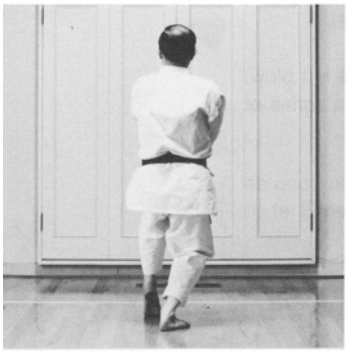
Avancez-vous d'un pas avec la posture de NEKOASHIDACHI et composez la forme CHUDANUKE de la main droit en faisant se croiser les deux avant-bras de dessous du coude gauche. Qnant à la main gauche, portez l'avant-bras devant SUIGETSU horizontalement. Les yeux se dirigent vers le nord.



㉞ 写真㉝の側面。

Performance of ㉝ as viewed from the side.

Profil de l'action ㉝.



㉟ 猫足立ちのまま１歩前進して左手は右肘の下から両前腕を交叉させながら前へ出し中段受け、右前腕は水月の前に水平に構える。目付北。

One step foreward with the posture of NEKOASHIDACHI and compose a form of CHUDANUKE using the left hand by stretching it out and making both forearms cross each other from under the right elbow. As for the right forearm, place it in front of SUIGETSU horizontally. Eye direction is north.

Avancez-vous d'un pas avec la posture de NEKOASHIDACHI et composez la forme CHUDANUKE de la main gauche en faisant se croiser les deux avant-bras de dessous du coude droit. Qnant à la main droit, portez l'avant-bras devant SUIGETSU horizontalement. Les yeux se dirigent vers le nord.

㊱ 両手を開いて掌を内に向け肩よりやや高くあげる。立ち方および位置は前のまま。目付北。

With both hands opened, raise them slightly higher than the height of shoulder, each palm turned inwards. Keep the position and standing form unchanged. Eyea are set to the north.

Ouvrez les deux mains et levez-les un peu plus haut que la hauteur de l'epaule. Ne changez pas la position ni la form debout : elles restent inchangées. Les yeux sont dirigés vers le nord.

㊲ 左膝を伸ばし右膝をあげ膝当てを行なうと同時に両手を握り体の両側に引きつける。目付北。
㊱㊲動作は連続して行なう。

Stretch out the left knee and raise the right knee to perform HIZA-ATE. At the same time, clench both hands and draw them to each side of the body, eyeing northwards.
(Perform either of the movements ㊱ and ㊲ continuously.)

Etendez le genou gauche et levez le genou droit pour exécuter HIZAATE. En même temps, serrez les deux mains et attirez-les à chacun des flancs. Les yeux se dirigent vers le nord.
(Exécutez les techniques de ㊱ et ㊲ sans cesse.)

㊳ 写真㊲の側面。

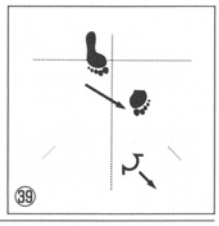
Performance of ㊲ as viewed from the side.

Profil de l'action ㊲.

㊴ 膝当てする右足を斜め前方(北西)におろして体を後ろ(南東)に向けて猫足立ちとなり、中段手刀受けを行なう。目付南東。

Putting down the right foot (for use of HIZAATE) in front slantwise or in the direction of northwest and facing backwards or southeast, stand in the form of NEKOASHIDACHI and perform CHUDAN SHU-TOUKE, with eyes set to the southeast.

Faites tomber en face le pied droit (qui va faire HIZAATE) obliquement ou sur le sud-est et en vous dirigeant en arrière ou vers le sud-est, prenez la forme de NEKOASHIDACHI et exécutez CHUDAN SHUTOUKE. Les yeux sont dirigés au sud-est.



㊵ 右足を南西へ踏み出し左足を引き寄せ猫足立ちとなり右中段手刀受け、左は甲を下にして水月前に構える。目付南西。

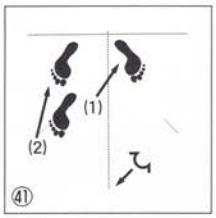
Forward the right foot southwest and, drawing the left one to it, stand in the form of NEKOASHIDACHI and compose MIGI CHUDAN-UKE with the right hand, placing the left hand (its back downwards) in front of SUIGETSU. Eye direction is southwest.

Avancez le pied droit d'un pas vers le sud-ouest et, en tirant le pied gauche à côté du pied droit, tenez-vous en forme de NEKO-ASHIDACHI et composez MIGI CHUDANUKE de la main droite en portant la main gauche (le dos vers le sol) devant SUIGETSU. Les yeux se dirigent sur le sud-ouest.

㊶ 左足を斜め後方へ半歩引き右足も引いて八字立ちとなり両手は握って大腿部前に構える。目付残心のため約１呼吸南西より南。

Drawing back the left foot slantwise by half a step together with the right foot, stand in the form of HACHIJIDACHI, with both fists clenched and placed in front of each thigh. Stop eyes for a while (almost one slow breath) in the direction of southwest before turning them to the south for effect of ZANSHIN.

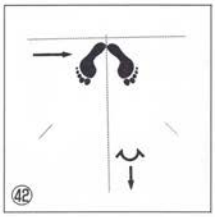
En retirant le pied gauche d'un demi pas en arrière obliquement avec le pied droit, tenez-vous en forme de HACHIJIDACHI, les deux mains serrées devant les cuisses. Arretez et regardez au sud-ouest pour unmoment (presqu'une respiration lente) avant de vous diriger vers le sud. C'est à l'effet de ZANSHIN.



㊷ 右足を左足に引きつけ結び立ちとなり両手は開いて両側に伸ばす。目付南。

By drawing the right foot to the left one, take a form of MUSUBIDACHI, with both hands open and straightened along the side of each thigh. Eye direction is south.

En approchant le pied droit du pied gauche, tenez-vous en MUSUBIDACHI, les deux mains ouvrées et bassées le long des cuisses à doits joints. Les yeux se dirigent vers le sud.



平安四段の型分解

HEIAN-YODAN ● Facing performance

HEIAN-YODAN ● Mise en action des formes face à face

型③、④の動作
Performance of forms ③ and ④
Action par les formes ③ et ④

(1) 右中段突きで攻撃してくるのを右斜め後方に転身し猫足立ちとなり、左中段小手受けでかわす。

Against the opponent with an attacking trick of MIGI CHUDANZUKI, turn backwards slantingly to the right to stand in the form of NEKOASHIDACHI and make a dodge using HIDARI CHUDAN KOTEUKE.

Contre l'adversaire qui va vous attaquer d'un coup de MIGI CHUDANZUKI, tournez-vous à droit en arrière obliquement et tenez-vous en forme de NEKOASHIDACHI en évitant le coup à force de HIDARI CHUDAN KOTEUKE.

(2) 相手の右手首を握り体を起こして基立ちとなり、相手の首筋へ右手刀打ちを行なう。

Grappling the opponent by the right wrist, straighten yourself back to the form of MOTODACHI and give his nape a strike of MIGI SHUTOUCHI.

Saisissez la nuque de l'adversaire, redressez-vous et tenez-vous en forme de MOTODACHI, puis, donnez lui un coup de MIGI SHUTOUCHI par la nuque.

型⑤、⑥の動作
Performance of forms ⑤ and ⑥
Action par les formes ⑤ et ⑥

(3) 右中段蹴りで攻撃してくるのを右斜め後方へ体を引いて前屈立ちとなり、下段交叉受けする。

Against the opponent with an attacking trick of MIGI CHUDANGERI, turn backwards slantingly to the right to stand in the form of ZENKUTSUDACHI and perform GEDAN KOSAUKE.

Contre l'adversaire qui va vous attaquer d'un coup de MIGI CHUDANGERI, tournez-vous à droit en arrière obliquement et tenez-vous en forme de ZENKUTSUDACHI, puis, exécutez GEDAN KOSAUKE.

(4) 続いて右中段突きで攻撃してくるのを前足を引いて猫足立ちとなり、中段受けでかわす。

Against his further attack using MIGI CHUDANZUKI, stand in the form of NEKOASHIDACHI by drawing back your forefoot, then dodge his blow by use of CHUDAN-UKE.

Contre l'attaque de plus employant MIGI CHUDANZUKI, tenez-vous en forme de NEKOASHIDACHI en retirant l'avant-pied et évitez son coup à force de CHUDAN-UKE.

⑸ 体を起こして基立ちとなり、右中段逆突きで極める。

Straighten yourself for MOTODACHI, finish with MIGI CHUDAN GYAKUZUKI.

Redressez-vous pour MOTODACHI, finissez par MIGI CHUDAN GYAKUZUKI.

型⑨から⑭までの動作
Performance of forms ⑨ to ⑥
Action par les formes ⑨ à ⑥

⑹ 右中段突きで攻撃してくるのを左前腕及び拳槌にて横に払ってかわすと同時に、左中段蹴りを行なう。

Against the opponent's attack with MIGI JODANZUKI, ward off his blow by making a horizontal sweep with the left forearm and KENTSUI added by HIDARI CHUDANGERI.

Contre l'attaque de l'adversaire qui va donner MIGI JODANZUKI, parez le coup en faisant agir l'avant-bras gauche et KENTSUI horizontalement, et exécutez HIDARI CHUDANGERI simultanément.

⑺ 蹴った左足を相手の外側におろして前屈立ちとなり、相手の腕を抱えて引きつけながら右で肘当てする。

Getting down the kicking foot outside the opponent, stand in the form of ZENKUTSUDACHI and apply the right elbow to him (HIJIATE) by holding his arm to draw it toward you.

Faites tomber le pied (qui a fait le coup) en dehors de l'adversaire et tenez-vous en ZENKUTSUDACHI. Et, appliquez-lui le coude droit (HIJIATE) en tenant son bras et l'attirant à vous.

型⑯から㉑までの動作
Performance of forms ⑯ to ㉑
Action par les formes ⑯ à ㉑

⑻ 右上段突きで攻撃してくるのを上体を左へ引き、両手の掌にて下より掬って流す。

Against the attack with MIGI JODANZUKI, draw your body back to the left and scoop up the blow in your palms from below.

Contre l'attaque avec MIGI JODANZUKI, reculez à gauche et résistez au coup de façon à le ramasser dans deux paumes.

⑼ 右中段蹴りを行なう。

Perform MIGI CHUDANGERI.

Exécutez MIGI CHUDANGERI.

型㉓から㉚までの動作
Performance of forms ㉓ to ㉚
Action par les formes ㉓ à ㉚

(10) 右中段突きでこうげきしてくるのを右斜め後方へ転身して猫足立ちとなり、左中段受けを行なう。

Against the attack with MIGI CHUDANZUKI, turn backwards slantingly to the right to form NEKOASHIDACHI and perform HIDARI CHUDANUKE.

Contre l'attaque avec MIGI CHUDANZUKI, tournez-vous à droit en arrière obliquement et formez NEKOASHIDACHI pour exécuter HIDARI CHUDANUKE.

(11) 右中段蹴りを行なう。

Perform MIGI CHUDANGERI.

Executez MIGI CHUDANGERI.

(12) 相手は右足を1歩後方へ引いて蹴りをかわして左で中段突きをする。蹴った右足を相手の中心におろして相手の突きの外側より水月に向って中段突きする。

The opponent draws his right foot one step backwards, dodges your kick and performs CHUDANZUKI by his left hand. Against this attacking trick, put down your kicking foot onto his center and do CHUDANZUKI toward his SUIGETSU from the outside of the blow he is giving you.

L'adversaire retire son pied droit d'un pas en arrière, pare votre coup de pied et vous donne CHUDANZUKI par sa main gauche. Contre l'attaque de cette façon, faites tomber le pied (qui a fait un coup) au milieu de son corps et exécutez CHUDANZUKI sur son SUIGETSU du dehors de son coup.

(13) さらに右中段逆突きで攻撃してくるのを外側より左中段突きを行なって攻撃をはねてかわすと同時に、突きで極める。

Against his further attack with MIGI CHUDAN GYAKUZUKI, dodge and repel the blow by performing HIDARI CHUDANZUKI from outside, then finish with applying TSUKI.

Contre l'attaque en outre par MIGI CHUDANZUKI, parez et repoussez son coup en exécutant HIDARI CHUDANZUKI par duhors, et puis, finissez par TSUKI.

型㉟から㊳までの動作
Performance of forms ㉟ to ㊳
Action par les formes ㉟ à ㊳

(14) 右中段突きで攻撃してくるのを右斜め後方へ転身して、中段支え受けでかわす。

Against the attack with MIGI CHUDANZUKI, turn backwards obliquely to the right and dodge the blow using CHUDAN SASAEUKE.

Contre l'attaque avec MIGI CHUDANZUKI, tournez-vous à droit en arrière obliquement et parez ce coup à force de CHUDAN SASAEUKE.

(15) ただちに相手の両衿を取る。

Lose no time to grasp the opponent by the neck.

Saisissez l'adversaire par le col tout de suite.

(16) 相手を引き寄せて上体を前に倒し下腹部へ膝当てする。

Draw him toward you and, pulling him down well in your hands, give his underbelly a knee kick HIZAATE.

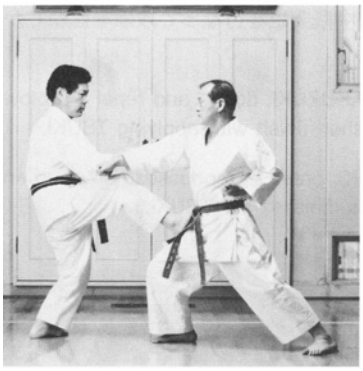
Tirez l'adversaire près de vous et en faisant lui tomber le buste dans votre bras, donnez HIZAATE ou un coup de genou à son bas-ventre.

型㊵、㊶の動作
Performance of forms ㊵ and ㊶
Action par les formes ㊵ et ㊶

(17) 右中段突きで攻撃してくるのを前足を左斜め後方へ引き猫足立ちとなり、手刀受けでかわす。

Against the attack with MIGI CHUDANZUKI, draw your forefoot slantingly back to the left to form NEKOASHIDACHI and make a dodge using SHUTOUKE.

Contre l'attaque avec MIGI CHUDANZUKI, retirez l'avant-pied à gauche en arrière obliquement et parez son coup à force de SHUTOUKE.



(18) 猫足立ちの前足で中段蹴りを行なう。

Perform CHUDANGERI by use of the forefoot in the form of NEKOASHIDACHI.

Exécutez CHUDANGERI par l'avant-pied de NEKOASHIDACHI.

(19) 蹴った足を前へ踏み込んで左で中段突きをする。

Step the kicking foot further on and perform CHUDAN GYAKUZUKI by the left hand.

Avancez de plus le pied qui vient de donner un coup et exécutez CHUDAN GYAKUZUKI par la main gauche.