

Nota: El siguiente texto es la interpretación que hace **iudo** de la *Kata* mediante la información obtenida del **texto** y el **video** publicados por la R.F.E.J.Y.D.A.

Todas las sugerencias serán bienvenidas.

Atención: Los desplazamientos de los apartados “Comienzo de la *Kata*”, “Final”, “Giro” y “Final de la *Kata*” se harán en ***Suri Ashi*** (rozando el tatami con los dedos de los pies). Si el desplazamiento es avanzando se empezará con la pierna izquierda y si es retrocediendo se empezará con la pierna derecha.

Si es necesario **ajustarse el Gi** se hará durante éstos desplazamientos, mediante gestos muy suaves.

Tsuki Jitsu No Kata



Comienzo de la *Kata*.

1. *Tori* y *Uke* a una distancia de 3 m., ambos en posición ***CHOKU RITSU***. *Tori* a la derecha del *Shomen* (*Joseki*).
2. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez se giran hacia el *Shomen* (*Joseki*), manteniendo la postura *Choku Ritsu*, y saludan a la vez en ***RITSU REI***. ^[Foto 1]
3. *Tori* dice el nombre de la *Kata* “*Tsuki Jitsu No Kata*” (Fuerte y claro, no gritando. *Uke* nada).
4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez se giran para quedar uno frente al otro, manteniendo la postura *Choku Ritsu*, y saludan a la vez en ***RITSU REI***. ^[Foto 2]
5. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez dan, **con las manos apoyadas en los muslos**, un paso largo hacia delante, empezando con la pierna izquierda ^[Foto 3], para quedar con una separación de 1 m. y pasan a la posición ***HEIKO DACHI*** con los puños cerrados delante del nudo del cinturón ^[Foto 4].



Foto 1



Foto 2



Foto 3



Foto 4

1^{er} Movimiento.

Ataque de *Uke*.

1. Avanza la pierna derecha, posición *MIGI ZENKUTSU DACHI*, la mano derecha recta (codo ligeramente flexionado) busca una estrangulación al cuello; y el puño izquierdo marca una amenaza (dedo meñique apuntando al suelo, puño a la altura del hombro), con *KIAI*. [Foto 5]



Foto 5

Defensa de *Tori*.

1. (Espera a que *Uke coja*), corredera hacia la izquierda (por el exterior), posición *MIGI ZENKUTSU DACHI* y bloqueo de *MIGI SHUTO UKE* (la mano que no bloquea cerrada y preparada en la cadera para golpear). (*Tori* queda perpendicular a *Uke*). [Foto 6]
2. *HIDARI GYAKU TSUKI* al costado derecho (*Chudan*), con *KIAI* (la mano que no golpea mantiene el gesto de *Shuto Uke* sobre el brazo de *Uke*). [Foto 7]



Foto 6



Foto 7

Final.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **atrasan** la pierna derecha, posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, con las **palmas de las manos apoyadas encima de los muslos** (uno frente al otro) ^[Foto 8] y entran en guardia, manos abiertas (mantienen la guardia una breve **pausa**). ^[Foto 9]
2. (*UKE* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **avanzan** su pierna atrasada y pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. ^[Foto 10]
3. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, (empezando con el pie izquierdo) vuelven al lugar en el que empezaron el movimiento a la distancia de 1 m. ^[Fotos 11]
4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. ^[Fotos 12]



Foto 8



Foto 9



Foto 10



Foto 11



Foto 12

2º Movimiento.

Ataque de *Uke*.

1. Avanza la pierna izquierda, posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, la mano izquierda recta (codo ligeramente flexionado) busca una estrangulación al cuello; y el puño derecho marca una amenaza (dedo meñique apuntando al suelo, puño a la altura del hombro) con *KIAI*. ^[Fotos 13]



Foto 13

Defensa de *Tori*.

1. (**Espera a que *Uke* coja**), corredera hacia la derecha (por el exterior), posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI* y bloqueo de *HIDARI SHUTO UKE* (la mano que no bloquea cerrada y preparada en la cadera para golpear). (*Tori* queda perpendicular a *Uke*). [Fotos 14]
2. *MIGI GYAKU TSUKI* al costado izquierdo (*Chudan*), con *KIAI* (la mano que no golpea mantiene el gesto de *Shuto Uke* sobre el brazo de *Uke*). [Fotos 15]



Foto 14



Foto 15

Final.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **atrasan** la pierna izquierda, posición *MIGI ZENKUTSU DACHI*, con las **palmas de las manos apoyadas encima de los muslos** (uno frente al otro) [Fotos 16] y entran en guardia, manos abiertas (mantienen la guardia una breve **pausa**). [Fotos 17]
2. (*UKE* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **avanzan** su pierna atrasada y pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 18]
3. (*Tori* lleva la iniciativa). **Ambos** a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, (empezando con el pie izquierdo) **vuelven al lugar en el que empezaron el movimiento** a la distancia de 1 m. [Fotos 19]
4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 20]



Foto 16



Foto 17



Foto 18



Foto 19



Foto 20

Giro.

1. *Uke*, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, orienta su pie izquierdo hacia la diagonal izquierda y hacia el frente, da un paso con la pierna derecha en la misma dirección ^[Fotos 21], y acomoda la pierna izquierda para quedar frente al **costado derecho de *Tori*** a 1 m. de distancia. (*Tori* mantiene la mirada al frente). ^[Fotos 22]
2. Sin desplazarse, pasa a la posición **HEIKO DACHI** con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. ^[Fotos 23]



Foto 21



Foto 22



Foto 23

3^{er} Movimiento.

Ataque de *Uke*.

1. Avanza la pierna derecha, posición **MIGI ZENKUTSU DACHI**, la mano derecha recta (codo ligeramente flexionado) busca una estrangulación al cuello; y el puño izquierdo marca una amenaza (dedo meñique apuntando al suelo, puño a la altura del hombro), con **KIAI**. ^[Fotos 24]



Foto 24

Defensa de *Tori*.

1. (**Espera a que *Uke* coja**), avanza el pie derecho hacia el frente, pivota sobre él, **TAI SABAKI 180°** (por el exterior), posición **MIGI ZENKUTSU DACHI** y bloqueo de **MIGI SHUTO UKE** (la mano que no bloquea cerrada y preparada en la cadera para golpear). (*Tori* queda perpendicular a *Uke*). ^[Fotos 25]

2. *HIDARI GYAKU TSUKI* al costado derecho (*Chudan*), con *KIAI* (la mano que no golpea mantiene el gesto de *Shuto Uke* sobre el brazo de *Uke*). [Fotos 25]



Foto 25



Foto 26

Final.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **atrasan** la pierna derecha, posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, con las **palmas de las manos apoyadas encima de los muslos** (uno frente al otro) [Fotos 27] y entran en guardia, manos abiertas (mantienen la guardia una breve **pausa**). [Fotos 28]
2. (*UKE* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **avanzan** su pierna atrasada y pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 29]
3. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, (empezando con el pie izquierdo) vuelven al lugar en el que empezaron el movimiento a la distancia de 1 m. [Fotos 30]
4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 31]



Foto 27



Foto 28



Foto 29



Foto 30

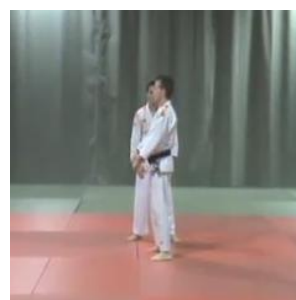


Foto 31

4º Movimiento.

Ataque de *Uke*.

1. Avanza la pierna izquierda, posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, la mano izquierda recta (codo ligeramente flexionado) busca una estrangulación al cuello; y el puño derecho marca una amenaza (dedo meñique apuntando al suelo, puño a la altura del hombro) con *KIAI*. [Fotos 32]



Foto 32

Defensa de *Tori*.

1. (Espera a que *Uke* coja), atrasa la pierna derecha, acomoda la pierna izquierda (por el exterior), posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, **aparta ligeramente el brazo de *Uke* con la palma de la mano derecha** [Fotos 33] y bloqueo de *HIDARI SHUTO UKE* (la mano que no bloquea cerrada y preparada en la cadera para golpear). (*Tori* queda perpendicular a *Uke*). [Fotos 34]
2. *MIGI GYAKU TSUKI* al costado izquierdo (*Chudan*), con *KIAI* (la mano que no golpea mantiene el gesto de *Shuto Uke* sobre el brazo de *Uke*). [Fotos 35]



Foto 33



Foto 34



Foto 35

Final.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **atrasan** la pierna izquierda, posición *MIGI ZENKUTSU DACHI*, con las **palmas de las manos apoyadas encima de los muslos** (uno frente al otro) [Fotos 36] y entran en guardia, manos abiertas (mantienen la guardia una breve **pausa**). [Fotos 37]
2. (*UKE* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **avanzan** su pierna atrasada y pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 38]

3. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, (empezando con el pie izquierdo) **vuelven al lugar en el que empezaron el movimiento** a la distancia de 1 m. [Fotos 39]
4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez pasan a la posición **HEIKO DACHI** con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 40]



Foto 36



Foto 37



Foto 38



Foto 39



Foto 40

Giro.

1. *Uke*, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, orienta su pie izquierdo hacia la diagonal izquierda y hacia el frente, da un paso con la pierna derecha en la misma dirección [Fotos 41], y acomoda la pierna izquierda para quedar frente a la **espalda de *Tori*** a 1 m. de distancia. (*Tori* mantiene la mirada al frente). [Fotos 42]
2. Sin desplazarse, pasa a la posición **HEIKO DACHI** con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 43]



Foto 41



Foto 42



Foto 43

5º Movimiento.

Ataque de *Uke*.

1. Avanza la pierna derecha, posición *MIGI ZENKUTSU DACHI*, la mano derecha recta (codo ligeramente flexionado) busca una estrangulación al cuello; y el puño izquierdo marca una amenaza (dedo meñique apuntando al suelo, puño a la altura del hombro), con *KIAI*. [Fotos 44]



Foto 44

Defensa de *Tori*.

1. (Espera a que *Uke* coja), avanza el pie izquierdo hacia el frente [Fotos 45], pivota sobre el pie derecho, *TAI SABAKI 270°* (por el exterior), posición *MIGI ZENKUTSU DACHI* y bloqueo de *MIGI SHUTO UKE* (la mano que no bloquea cerrada y preparada en la cadera para golpear). (*Tori* queda perpendicular a *Uke*). [Fotos 46]
2. *HIDARI GYAKU TSUKI* al costado derecho (*Chudan*), con *KIAI* (la mano que no golpea mantiene el gesto de *Shuto Uke* sobre el brazo de *Uke*). [Fotos 47]



Foto 45



Foto 46



Foto 47

Final.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **atrasan** la pierna derecha, posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, con las **palmas de las manos apoyadas encima de los muslos** (uno frente al otro) [Fotos 48] y entran en guardia, manos abiertas (mantienen la guardia una breve **pausa**). [Fotos 49]
2. (*UKE* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **avanzan** su pierna atrasada y pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 50]
3. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, (empezando con el pie izquierdo) vuelven al lugar en el que empezaron el movimiento a la distancia de 1 m. [Fotos 51]

4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 52]



Foto 48

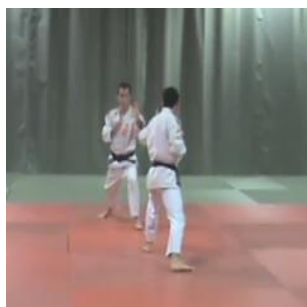


Foto 49



Foto 50



Foto 51



Foto 52

6º Movimiento.

Ataque de *Uke*.

1. Avanza la pierna izquierda, posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, la mano izquierda recta (codo ligeramente flexionado) busca una estrangulación al cuello; y el puño derecho marca una amenaza (dedo meñique apuntando al suelo, puño a la altura del hombro) con *KIAI*. [Fotos 53]



Foto 53

Defensa de *Tori*.

1. (Espera a que *Uke* coja), avanza el pie derecho hacia el frente [Fotos 54], pivota sobre el pie izquierdo, *TAI SABAKI 270º* (por el exterior), posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI* y bloqueo de *HIDARI SHUTO UKE* (la mano que no bloquea cerrada y preparada en la cadera para golpear). (*Tori* queda perpendicular a *Uke*). [Fotos 55]

2. *MIGI GYAKU TSUKI* al costado izquierdo (*Chudan*), con *KIAI* (la mano que no golpea mantiene el gesto de *Shuto Uke* sobre el brazo de *Uke*). [Fotos 56]



Foto 54



Foto 55



Foto 56

Final.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **atrasan** la pierna izquierda, posición *MIGI ZENKUTSU DACHI*, con las **palmas de las manos apoyadas encima de los muslos** (uno frente al otro) [Fotos 57] y entran en guardia, manos abiertas (mantienen la guardia una breve **pausa**). [Fotos 58]
2. (*UKE* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **avanzan** su pierna atrasada y pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 59]
3. (*Tori* lleva la iniciativa). **Ambos** a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, (empezando con el pie izquierdo) **vuelven al lugar en el que empezaron el movimiento** a la distancia de 1 m. [Fotos 60]
4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 61]



Foto 57



Foto 58



Foto 59



Foto 60



Foto 61

Giro.

1. *Uke*, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, orienta su pie izquierdo hacia la diagonal izquierda y hacia el frente, da un paso con la pierna derecha en la misma dirección ^[Fotos 62], y acomoda la pierna izquierda para quedar frente al **costado izquierdo de *Tori*** a 1 m. de distancia. (*Tori* mantiene la mirada al frente). ^[Fotos 63]
2. Sin desplazarse, pasa a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. ^[Fotos 64]



Foto 62



Foto 63



Foto 64

7º Movimiento.

Ataque de *Uke*.

1. Avanza la pierna derecha, posición *MIGI ZENKUTSU DACHI*, la mano derecha recta (codo ligeramente flexionado) busca una estrangulación al cuello; y el puño izquierdo marca una amenaza (dedo meñique apuntando al suelo, puño a la altura del hombro), con *KIAI*. ^[Fotos 65]



Foto 65

Defensa de *Tori*.

1. (**Espera a que *Uke* coja**), atrasa la pierna izquierda, acomoda la pierna derecha (por el exterior), posición *MIGI ZENKUTSU DACHI*, **aparta ligeramente el brazo de *Uke* con la palma de la mano izquierda** ^[Fotos 66] y bloqueo de *MIGI SHUTO UKE* (la mano que no bloquea cerrada y preparada en la cadera para golpear). (*Tori* queda perpendicular a *Uke*). ^[Fotos 67]

2. *HIDARI GYAKU TSUKI* al costado derecho (*Chudan*), con *KIAI* (la mano que no golpea mantiene el gesto de *Shuto Uke* sobre el brazo de *Uke*). [Fotos 68]



Foto 66



Foto 67



Foto 68

Final.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **atrasan** la pierna derecha, posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, con las **palmas de las manos apoyadas encima de los muslos** (uno frente al otro) [Fotos 69] y entran en guardia, manos abiertas (mantienen la guardia una breve **pausa**). [Fotos 70]
2. (*UKE* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **avanzan** su pierna atrasada y pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 71]
3. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, (empezando con el pie izquierdo) vuelven al lugar en el que empezaron el movimiento a la distancia de 1 m. [Fotos 72]
4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 73]



Foto 69



Foto 70



Foto 71



Foto 72



Foto 73

8º Movimiento.

Ataque de *Uke*.

1. Avanza la pierna izquierda, posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI*, la mano izquierda recta (codo ligeramente flexionado) busca una estrangulación al cuello; y el puño derecho marca una amenaza (dedo meñique apuntando al suelo, puño a la altura del hombro) con *KIAI*. [Fotos 74]



Foto 74

Defensa de *Tori*.

1. (**Espera a que *Uke* coja**), avanza el pie izquierdo hacia el frente, pivota sobre él, *TAI SABAKI* 180° (por el exterior), posición *HIDARI ZENKUTSU DACHI* y bloqueo de *HIDARI SHUTO UKE* (la mano que no bloquea cerrada y preparada en la cadera para golpear). (*Tori* queda perpendicular a *Uke*). [Fotos 75]
2. *MIGI GYAKU TSUKI* al costado izquierdo (*Chudan*), con *KIAI* (la mano que no golpea mantiene el gesto de *Shuto Uke* sobre el brazo de *Uke*). [Fotos 76]



Foto 75



Foto 76

Final.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **atrasan** la pierna izquierda, posición *MIGI ZENKUTSU DACHI*, con las **palmas de las manos apoyadas encima de los muslos** (uno frente al otro) [Fotos 77] y entran en guardia, manos abiertas (mantienen la guardia una breve **pausa**). [Fotos 78]
2. (*UKE* lleva la iniciativa). Ambos a la vez **avanzan** su pierna atrasada y pasan a la posición *HEIKO DACHI* con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 79]
3. (*Tori* lleva la iniciativa). **Ambos** a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, (empezando con el pie izquierdo) **vuelven al lugar en el que empezaron el movimiento** a la distancia de 1 m. [Fotos 80]

4. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez pasan a la posición **HEIKO DACHI** con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. [Fotos 81]



Foto 77



Foto 78



Foto 79



Foto 80



Foto 81

Giro.

1. *Uke*, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, orienta su pie izquierdo hacia la diagonal izquierda y hacia el frente, da un paso con la pierna derecha en la misma dirección [Fotos 82], y acomoda la pierna izquierda para quedar **frente a *Tori*** a 1 m. de distancia. (*Tori* mantiene la mirada al frente). [Fotos 83]
2. Sin desplazarse, pasa a la posición **HEIKO DACHI** con los puños cerrados delante del nudo del cinturón. (Ambos mantienen la postura una breve **pausa**). [Fotos 84]



Foto 82



Foto 83



Foto 84

Final de la *Kata*.

1. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez, con las **palmas de las manos apoyadas en los laterales externos de los muslos**, dan un paso largo hacia atrás, empezando con la pierna derecha, para quedar con una separación de 3 m. y en posición *CHOKU RITSU*. [Fotos 85]
2. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez, uno frente al otro manteniendo la postura *Choku Ritsu* [Fotos 86], saludan a la vez en *RITSU REI*. [Fotos 87]
3. (*Tori* lleva la iniciativa). Ambos a la vez se giran hacia el *Shomen (Joseki)*, manteniendo la postura *Choku Ritsu* [Fotos 88], y saludan a la vez en *RITSU REI*. [Fotos 89]



Foto 85



Foto 86



Foto 87



Foto 88



Foto 89