

## LES BASES TECHNIQUES D'UN KATAS D' IAIDO

1. **Dégainer (nukitsuke).**
2. **Coupe principal (kiritsuke).**
3. **Nettoyage du sang sur la lame (chiburi ).**
4. **Rengainer (noto ).**

### a) Le dégainer (NUKITSUKE)

NUKITSUKE constitue l'essence de la pratique du IAI puisque c'est précisément ce mouvement qui permet d'extraire le sabre du fourreau et couper d'un seul geste.

De la position du sabre dans la ceinture, logiquement 5 directions de coupe directe et un coup d'estoc peuvent être exécutés, savoir :

1. horizontale : [YOKOGURUMA \(ICHI MONJI\)](#),
2. verticale, de haut en bas : [SHOMEN UCHI \(SHINCHOKUGIRI\)](#),
3. diagonale, de haut en bas, de la gauche vers la droite : [HIDARI KESAGIRI](#),
4. diagonale, de haut en bas, de la droite vers la gauche: [MIGI KESAGIRI](#),
5. diagonale, de bas en haut, de la gauche vers la droite : [GYAKU KESAGIRI](#),
6. un coup d'estoc, qui fait partie des NUKITSUKE : [TSUKI](#).

### b) La ou les coupes (KIRITSUKE):

1. de haut en bas : [SHOMEN UCHI, \(SHINCHOKUGIRI\)](#),
2. de haut en bas, de la droite vers la gauche: [MIGI KESAGIRI](#),
3. de haut en bas, de la gauche vers la droite : [HIDARI KESAGIRI](#),
4. de la droite vers la gauche: [MIGI YOKOGURUMA](#),
5. de la gauche vers la droite : [HIDARI YOKOGURUMA](#),
6. de bas en haut, de la droite vers la gauche : [MIGI GYAKU KESAGIRI](#),
7. de bas en haut, de la gauche vers la droite : [HIDARI GYAKU KESAGIRI](#),
8. un coup d'estoc : [TSUKI](#).

Chaque coupe est associée à une ou plusieurs gardes de base (KAMAE) :

1. CHUDAN NO KAMAE, SEIGAN NO KAMAE
2. GEDAN NO KAMAE
3. JODAN NO KAMAE
4. HASSO NO KAME,
5. WAKI GAMAE

Cependant d'autres gardes, moins basiques, sont également à étudier.

**c) Nettoyage (combatif) de la lame (CHIBURI):**

Il s'agit d'un geste précis – variant suivant le style pratiqué - figurant l'enlèvement du sang résiduel de la lame avant de rengainer. Bien entendu, ce geste symbolique est dénué de sens pratique puisque d'une part, le KATA est un combat simulé contre un ou plusieurs adversaires qui n'existent que virtuellement et, d'autre part, ce geste, aussi rapide et efficace soit-il, ne suffirait pas à débarrasser la lame des souillures qui s'y seraient déposées.

**d) Le rengainer (NOTO):**

Tout KATA de IAI commence par NUKITSUKE et finit par NOTO. Ces deux mouvements sont donc indissociables et constituent l'essence même de cette discipline.

Mais à ce niveau également, le geste technique varie suivant le style de IAI pratiqué. La tradition MUSO SHINDEN présente des différences de rengainer par série de KATA.

Quoiqu'il en soit, il est vivement conseillé de se perfectionner dans les différents modes de rengainer, selon tous les angles possibles.