# Chi Ryaku No Maki

C 6-го по 4-ый кю.

(Версия от 22.05.2019)

# 6 Кю.

### Методы дыхания.

1. Ритмическое дыхание.

### Принципы

1. Fu Tan Ren (Действие без промедления.)
2. In Shin Tonkei (Достижение большего результата малым воздействием.)

### Keri no Daken Kihon

1. Sokuyaku Geri / Sokuyaku Ten No Geri - удар пяткой
2. Sokugyaku Ken - удар носком стопы
3. Sokuyaku Suitei Ken - (горизонтальный шаг). Удар вперед подошвой стопы. Стопа развернута горизонтально
4. Harai Ken - (сметающий удар). Удар стопой ноги слева направо или справа налево
5. Sokuho Geri - удар стопой в сторону
6. Koho Geri - удар стопой назад
7. Kagi Koho Keri - задний удар ногой «крючком», снизу вверх, в пах
8. Omote Sokugyaku no Keri - удар носком в т. Asagasumi или в т. Jakkin с уходом в сторону

### Keri ni Taisuru Uke

1. Kerikudaki
2. Tsure Yuki
3. Karame dori / Kyoto
4. Sakui Dori
5. Ashi Dori
6. Keri no Taidori

### Gyaku Waza

1. Omote Take Ori
2. Ura Take Ori
3. Omote Gyaku Dori
4. Ura Gyaku Dori
5. Hon Gyaku Dori

### Hajutsu Kyu Ho

1. Te Hodoki (Katate, Ryote). (Danchu - Gyokko Ryu)
2. Tai Hodoki (Katate, Ryote) (Teiken, Sakketsu - Gyokko Ryu)
3. Oya Goroshi

### Torite Waza

* Suwari Waza:
  1. Ura Gatame
  2. Omote Gatame
* Tachi Waza:
  1. Musha Dori
  2. Gyaku Musha Dori
  3. Muso Dori

### Nage Waza

1. Ganseki Nage
2. Ganseki Otoshi
3. Ganseki Oshi
4. Ganseki Goshi
5. Ganseki Geri
6. Harai Goshi
7. Gyaku Nage
8. O Soto Nage
9. O Soto Gake
10. Taki Otoshi

### Nage Waza. Ryusui Iki

1. Tomoe Nage / Sui Ryu
2. Tachi Nagare
3. Yoko Nagare

### Shime Waza

1. Hon Jime
2. Gyaku Jime
3. Itami Jime

# 5 Кю.

### Принципы

1. Kamae wa shoshinsha ni ato wa shizentai (Изучив камаэ вернитесь к естественному положению)
2. Wazawai wa getai ni shozu (Небрежность приводит к несчастью)

### Keri no Daken Kihon

1. Koken
2. Tsuma Geri
3. Sokki Henten Ken
4. Ko Geri
5. Sukui Geri
6. Kata Ashi Tobi Keri. (Удар одной ногой в прыжке)
7. Ryo Ashi Tobi Keri. (Удар двумя ногами в прыжке)
8. Ryo Yoku Keri (Прыжок сверху вниз, с ударом ногами)

### Gyaku Waza

1. Muso Dori
2. Musha Dori
3. O Gyaku

### Hajutsu Kyu Ho

1. Ko Goroshi

### Nage Waza

1. Uchimata Uchigake
2. Hiki Otoshi
3. Seoi Nage (Бросок через спину)
4. Koshi Guruma (Бросок через бедро)

### Nage Waza. Ryusui Iki

1. Koshi Nage / Kuruma Nage
2. Te Makura

### Shime Waza

1. Sankakujime
2. Dojime
3. Ogyaku Jime

### Torite Waza

* Suwari Waza:
  1. Ri Ken
  2. Shin Ken
  3. Rai Ken
* Tachi Waza:
  1. Omote Gyaku
  2. Ura Gyaku
  3. Hon Gyaku

### Ken Jutsu. Общие сведения.

1. История меча
2. Особенности и устройство меча
3. Хват меча
4. Извлечение и вложение в ножны меча

### Ken Jutsu. Kamae

1. Kongo no kamae
2. Ichi no kamae
3. Seigan no kamae
4. Gedan no kamae
5. Kasumi no kamae
6. Hasso no kamae
7. Daijodan no kamae
8. Tosui no kamae
9. Ryusui no kamae

# 4 Кю.

### Принципы

1. Shinken Gata
2. Koteki Ryu Da (Yo - Ko)

### Keri no Daken Kihon

1. Изменяющийся удар ногой. Последовательность нескольких ударов, переходящих друг в друга.
2. Soku Gyaku Ken Jin (Нанесение Soku Gyaku Ken по болевым точкам)
3. Itami osae. (Удержание опонента через воздействие ступнями/коленями на болевые точки)

### Gyaku Waza

1. Omote Oni Kudaki
2. Ura Oni Kudaki

### Torite Waza

* Suwari Waza: (Shinden Fudō Ryū Taijutsu):
  1. Henkyo
  2. Issen
  3. Hakuken
* Tachi Waza:
  1. Omote Oni Kudaki
  2. Ura Oni Kudaki

### Nage Waza

1. Uzumaki
2. Itami Nage
3. Kuki Nage

### Nage Waza. Ryu Sui Iki

1. O Soto Tobashi

### Nage ni Taisuru Waza

1. Okyo
2. Zudori
3. Shumen Dori
4. Gyaku Dori

### Shime Waza

1. Mimijime - сдавливание ушных раковин
2. Seionjime - удушение используя Sokuyakuken
3. Katate Dori Kubijime - сдавливание шеи давлением руками и телом

### Kenjutsu Kiri Kata Kyuho. Девять основных базовых ударов мечом.

1. Tenchi Giri. Удар сверху вниз
2. Gyaku Tenchi Giri. Удар снизу вверх
3. Kesa Giri. Диагональный удар сверху вниз
4. Gyaku Kesa Giri. Диагональный удар снизу вверх
5. Tsuki. Прямой удар острием меча в тело или горло противника
6. Harai Giri: Горизонтальный удар справа налево и обратно
   * Yokomen Giri. Удар сбоку в горло или шею
   * Do Giri. Удар по телу
   * Hiza Giri. Удар по колену
   * Ashi Giri. Удары в движении

### Sanshin no Kata

1. Chi
2. Sui
3. Ka
4. Fu
5. Ku

### Kunai Jutsu. Kamae

1. Musodori
2. Mizudori
3. Ichimonji
4. Ten no Kamae