

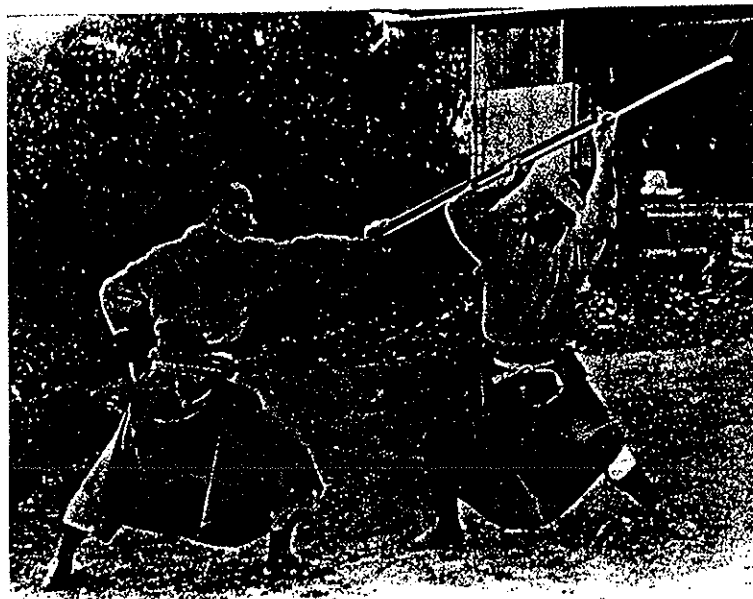
# BUJINKAN DEUTSCHLAND

INCORPORATED NINJUTSU ASSOCIATION GERMANY



## TEN CHI JIN RYAKU NO MAKI

PRINCIPLES OF THE UNIVERSE



## NINPO TAIJUTSU

REQUIREMENTS

# WICHTIGE BUDO VOKABELN

OMAI  
TCHOKA  
FŪTŌ  
RĀKKA  
IWA MAWASHI  
TSHIGIRI ITO  
ŌTANI  
NYO IBO  
MEZASHI  
FUSETSU  
KOKU  
TENGU TO  
UKI ASHI  
HEN RYU  
ORUKU RAKU  
RYŪ SEI  
ROTO  
ARASHI  
UZUMAKI  
TATSU MAKI  
MUTO  
ARŌ  
HAPPO  
MUTOR DORI

RHYTHMUS UND TANZ  
SCHMETTERLING UND BLUME  
GEWINNEN DURCH WIND  
BLUME SCHWEBT ZU BODEN  
ROLLENDE STEINE  
STRANGULIEREN MIT SEIL  
GROSSE AXT  
AFFE MIT MAGISCHEM STOCK  
VERBORGENER PFEIL IM STOCK  
WIND UND SCHNEE  
WINDSTILLE  
DÄMON TENGU (PLATT SCHLAGEN)  
FLIEGENDE FÜSSE (ASHI BAREI)  
EBBE-FLUT  
TAL ZUSAMMENBRECHEN LASSEN  
KOMET  
FISCH ERKLIMMT DEN WASSERFALL  
STURM  
STRUDEL  
WIRBELSTURM  
KAMPF OHNE HÄNDE MIT KÖRPEREINSATZ  
WELLE  
8 = BEWEGUNG = 8 CHARAKTER  
VERSUCH SCHWERT MIT HAND ZU FANGEN





## DIE ENTSTEHUNG DES NINJUTSU

DAS HEUTIGE NINJUTSU KANN AUF EINE 800 JÄHRIGE GESCHICHTE UND TRADITION ZURÜCKBLICKEN, DIE MIT DER BEGRÜNDUNG DES SYSTEMS DURCH DAISUKE TOGAKURE BEGINNT UND SICH BIS ZUM 34. SOKE DER TOGAKURE-SCHULE, MASAACKI HATSUMI, VERFOLGEN LÄSST. AUS VIELEN VERSCHIEDENEN THEORIEN ENTSTAND SYSTEMATISCH DIE KAMPFKUNST TAIJUTSU. WIE SIE IM EINZELNEN GENANNT WURDEN HING VON DEN JEWEILIGEN LEHRERN MIT DEN JEWEILS AUSGEÜBTEN PRAKTIKEN AB.

HIER SIND EINIGE BEISPIELE :

KOSSHIJUTSU, KOPPOJUTSU, NINPOTAIJUTSU, WJUTSU, YAWARA, TORITE, KOGUSOKU, KENPO, ASHIGE, SHIRAUCHI, HAKUDA, SHIKATSU KUMIUCHI, TEUCHI, JUJUTSU, JUTAIJUTSU, DAKENTAIJUTSU, JUDO, KARATE, AIKIDO UND TAIDO. ES ENTSTANDEN AUCH EINE ANZAHL VON SCHULEN WIE GYOKKO RYU, KOTTO RYU, KUKISHIN RYU, TAKEUCHI RYU, TAKAGI RYU, YOSHIN RYU, KYUSHIN RYU, TENJINSHINYO RYU, SHIBUKAWA RYU, SEKIGUCHI RYU, MUSO RYU, MUSHASHI RYU, MUNEN RYU, ISOGAI RYU, HYOSHI RYU, KASUMI SHIN RYU, YOSHIOKA RYU, KAJIWAWA RYU, RYOISHINTO RYU, FUKUNO RYU, IGA RYU, TENSHIN RYU, YAGYU RYU, RAKI RYU, HONDENMIURA RYU, KIRAKU RYU, JIKISHIN RYU, SEIGO RYU, SHINKAGE RYU, TOZUKA RYU, SHINDEN RYU, SUIGETSU RYU, KURAMA RYU, SENZANICHIDEN RYU, SHITEN RYU, ETC.

IHRE ANZAHL BETRUG MEHR ALS 3000 ZWISCHEN DER KANEI ÄRA (1624) UND DEM ENDE DER TOKUGAWA ÄRA (1865).

DAS BUJINKAN BUDO UNTERLIEGT EINER STETEN WANDLUNG ANALOG SEINER GESCHICHTE.

HALTET NICHT AN FESTEN FORMEN FEST, WENN IHR SIE VERSTANDEN HABT, SONDERN ENTWICKELT EURE PERSON.

ES WIRD DER TAG KOMMEN AN WELCHEM IHR MIT EUCH ZUFRIEDEN SEIT UND IHR DEN WEG WIRKLICH VERSTEHT.

WINTER 1998

STEFFEN G. FRÖHLICH  
BUJINKAN SHIHAN



# STRUKTUR UND ORGANISATION BUJINKAN DEUTSCHLAND INCORPORATED NINJUTSU ASSOC.GERMANY

HOMBU DOJO JAPAN DR. MASAOKI HATSUMI SOKE

BUJINKAN DEUTSCHLAND

DIREKTE ANBINDUNG  
AN HOMBU DOJO

DIE PERSONELLE STRUKTUR DES  
BUJINKAN DEUTSCHLAND SETZT  
SICH AUS DEN VERTRETERN DER  
EINZELNEN ORGANISATIONEN,  
GRUPPIERUNGEN UND DOJOLEITERN  
ZUSAMMEN, WELCHE IM BUJINKAN  
DEUTSCHLAND AUFGENOMMEN SIND.  
ENTSCHEIDUNGEN WERDEN GEMEINSAM/  
DEMOKRATISCH GETROFFEN.  
KOMMISSARISCHE VERANTWORTUNG:  
SHIHAN STEFFEN G.FRÖHLICH  
VERTRETENDE GESCHÄFTSSTELLE:  
SABINE FRÖHLICH  
LEIPZIGER RING 142  
63110 RODGAU  
TEL.06106-76662  
FAX 06106-76573

SANMYAKU  
SOKES MAGAZIN

INTERESSENGEMEINSCHAFT  
I.N.A.G.  
INFORMATIONEN  
AUSBILDUNG

ORGANISATIONEN - GRUPPIERUNGEN - DOJOLEITER

DIREKTE MITGLIEDER DES BUJINKAN DEUTSCHLAND PRÄGEN DAS  
DERZEITIGE BILD SOKES BUJINKAN BUDO NINPO TAIJUTSU IN  
DEUTSCHLAND UND SIND VERANTWORTLICH FÜR AUSBILDUNG,  
VERBREITUNG UND ZUKUNFT DIESER KAMPFKUNST. SOKE HAT DEN  
VERTRETERN DER JEWEILIGEN LÄNDER AUFERLEGT DARAUFGU ACHTEN,  
DASS SEINE REGLEMENTS EINGEHALTEN WERDEN. WER GEGEN DIE  
REGELN DES BUJINKAN VERSTÖSST WIRD AUSGEWIESEN.

GRUPPENLEITER - LEHRER - INSTRUCTOR  
DER  
BUJINKAN INCORPORATED NINJUTSU  
ASS. GERMANY  
I.N.A.G.

GRUPPENLEITER GL

VORAUSSETZUNG: LEITEN EINER GRUPPE EIGENVERANTWORTLICH  
NACH DEN RICHTLINIEN SOKES BUJINKAN:  
TECHN. UND CHARAKTERL. GRUNDLAGEN/  
EIGENSCHAFTEN ALS VORBILDPERSON. DIESE  
LIZENZ WIRD VON DER LEITUNG DER INAG  
VERGEBEN UND DIENT ZUR STÄRKUNG DER  
AUTORITÄT UND ALS LEISTUNGSNACHWEIS.

LEHRER L

VORAUSSETZUNG: SHODAN-PRÜFUNG  
DIE STUFEN VOM 1.-4.DAN OHNE SHIDOSHI HO  
LIZENZ WERDEN ALS LEHRSTUFEN BEZEICHNET.

INSTRUCTOR I

VORAUSSETZUNG: LEHRER MIT SHIDOSHI HO LIZENZ. DIESE MUSS  
JÄHRLICH VOM HOMBU DOJO ERNEUERT WERDEN,  
UM PRÜFUNGSBERECHTIGT ZU SEIN, IST DIE  
AUFNAHME ZUM SHIDOSHI KAI NOTWENDIG. AUCH  
DIESE WIRD IN JAPAN BEANTRAGT UND JÄHRLICH  
ERNEUERT.  
ODER SHIDOSHI.....AB 5.DAN /SAKKI-TEST

AB DER INSTRUCTOR - STUFE IST EINE DIREKTE  
PERSÖNLICHE MITARBEIT IM BUJINKAN DEUTSCHLAND  
MÖGLICH.

# TEN RYAKU NO MAKI

## Die Prinzipien des Himmels

# TAIHENJUTSU UKEMI GATA

## Positive Körperverteidigungsformen

### Mae Ukemi

Techniken nach vorn

### Zempo Kaiten (Vorwärtsrolle)

Ryote	~(2 Hände)
Katate	~(1 Hand)
Mute	(ohne Hände)
Vorwärts - Sturz - Techniken	
	2 Hände
	1 Hand
Oten	(2 Hand Radschlag)
Oten Katate	(1 Hand Radschlag)
Hicho Kaiten	(Tauchrolle)
Ku ten	(2 Hände nach vorn)
Katate Ku ten	(1 Hand nach vorn)
Tobi Kaiten	(Springen und Rollen)
Shizen	(Natürliche Rollen)

### Yoko Gaeshi / Ohen (Rollen zur Seite)

### Soku Ho Kaiten (Seitswärtsrolle)

Ryote	(2 Hände)
Katate	(1 Hand)
Mute	(ohne Hände)
Oten	(Radschlag)
Hicho Kaiten	(Tauchrolle)
Shizen	(Natürliche Rolle)

## **Ushiro Gaeshi**

Rückwärtsbewegung

## **Koho Kaiten** (Rückwärtsrollen)

Ryote

Katate

Mute

Hicho Kaiten

2 Hand-Rückwärtssprung

1 Hand-Rückwärtssprung

Fliegende Rolle nach hinten

Shizen (Natürliche Rolle)

## **Zempo Ukemi** (Vorwärtssturz)

Knieend 2 händig

Knieend 1 händig

Stehend 2 händig

Stehend 1 händig

Stehend 2 händig und Kick

Stehend 2 händig und Fauststoß

## **Nagare**

Fließendes Wasser

## **Yoko Nagare** (Seitwärtsfall)

Sui Ryu (Fall vertikal vom Stand)

Sui Ryu Hidari (Fall nach links)

Sui Ryu Migi (Fall nach rechts)

Sui Ryu Ushiro (Rückwärtsfall)

Tomoe Gaeshi (Mondsichelfall nach hinten)

Kuruma Gaeshi (Rollender Fall nach hinten)

Shizen (Natürlicher Fall)

# SHIHO TENCHI TOBI

4 niedrige und hohe Richtungssprünge

Springe in verschiedene Richtungen. Alle Sprünge sollten eine gleiche Höhe, gleitende Bewegungen und keinen dumpfen Aufschlag bei der Landung haben. Ein Spiralsprung enthält eine teilweise oder komplette Drehung mit einer Sprungbewegung. Springe nicht hoch, springe tief aber weit.

MAE - VORWÄRTS

USHIRO - RÜCKWÄRTS

MIGI - RECHTS

HIDARI - LINKS

TEN - NACH OBEN

CHI - NACH UNTEN

## SHOTEN NO JUTSU

(Zum Himmel klettern)

Klettertechniken ohne Hände (so wie Wandrennen). Die Idee ist hoch zu klettern, dann Rückwärtsrolle, wenden oder Handsprung weg.

## HOKOJUTSU / TAISABAKI

Methoden der Bewegung und des Gehens

Soku Shin So Soku Ho

(Seitwärts-Krabbenbewegung wie Gehen)

Hyo Jo Ho Ko

(Auf Eis oder rutschigem Boden laufen)

Nu On No Ho

(leises Laufen)

## SHIZEN GYO UN RYU SUI

Kraftvolles Bewegen in Harmonie

Totale Körperbewegung verfeinert die Grazie und Natürlichkeit bei allen Tätigkeiten. Kraft bekommt nur durch die Bewegung ein Resultat. Konzentriere dich beim Schlagtraining auf die Schwachpunkte deines Gegners. Erkenne, daß der Körper und die Faust zusammen schlagen. Später treffe den Makiwara, um die Faust zu trainieren.



# KEN TAI ICHI JO

Ein Schlag wird mit Körperbewegung und Energie ausgeführt.  
Nur durch die Körperbewegung wird ein Schlag gefährlich, der Einsatz von Muskelkraft ist nicht nötig.

## SOSHIN GO - KEI GO GYO NO KATA

Grundlagentraining der 5 Elemente

### Gyokko Ryu

Sho Shi Go - Kei Go Gyo No Kata basiert auf den 5 Elementen des Godai.

Die Bezeichnung lautet: „**Sanshin no kata**“ oder „**Godai**“.

Das ist eine Drei-Schritt-Bewegung, ausgeführt mit dem Herzen eines 3 Jahre alten Kindes. Der Grund, Japaner streben es an das Herz eines 3 Jährigen zu behalten bis sie 100 Jahre alt sind.

Hatsumi Sensei sagt, daß er das Herz eines 3 Jährigen hegt.

Takamatsu Sensei benutzte den Kanji für die 3 Herzen zum Sanshin.

## SANSHIN NO KATA

### Chi No Kata (Erde Form)

Tori geht zurück in **Soshin No Kata**. Das Gewicht einseitig auf das rechte Bein verlagern. Rechts vor **Sanshintan Ken**.

### Sui No Kata (Wasser Form)

Tori geht zurück in **Soshin No Kata**. **Jodan Uke**, 45° rechts zurück. Rechts vor **Omote Shuto** zu **Uko**.

### Ka No Kata (Feuer Form)

Tori geht zurück in **Soshin No Kata**. **Jodan Uke**, 45° rechts zurück. Rechts vor **Ura Shuto** zu **Uko**.

### Fu No Kata (Wind Form)

Tori geht in **Soshin No Kata**. **Gedan Uke**, 45° rechts zurück. Rechts vor mit **Gedan Shito Ken** zu **Koe**.

### Ku No Kata (Leere Form)

Tori macht einen kleinen Schritt nach hinten und führt mit links **Gedan Uke** aus. Zur gleichen Zeit hebt er die rechte Hand nach oben und führt einen **Sokuyaku Keri** aus.

# KIHON HAPPO

## Gyokko Ryu. Ki Gata & Torite Kihon Gata

Kosshi Kihon Sanpo und die Honshu Goho werden zusammen „Kihon Happon“ genannt. Du must diese Techniken gut trainieren. Es gibt kein falschen oder richtigen Weg die „Kihon Happon“ auszuführen.

## KOSSHI KIHON SANPO / Ki Gata

(Die drei grundlegenden Wege des Kosshijutsu)

### Ichimonji No Kamae

Uke und Tori stehen beide in **Ichimonji No Kamae**. Uke macht einen **Jodan Tsuki** zu Tori's Gesicht. Tori geht 45° nach rechts zurück und blockt mit **Hidari Jodan Uke**. Tori geht rechts vor und führt **Omote Kiten Ken** zu Uko aus.

### Hicho No Kamae

Tori steht in **Hicho No Kamae** und Uke in **Ichimonji No Kamae**. Uke schlägt mit **Migi Chudan Tsuki** zu Suigetsu. Tori senkt den Körper und führt einen **Hidari Gedan Uke** aus. Dann hebt Tori seinen Körper und kickt zu **Butsumetsu**. Tori setzt den linken Fuß ab und geht rechts vor mit **Migi Ura Kiten Ken** zu Uko.

### Jumonji No Kamae

Tori steht in **Jumonji No Kamae** und Uke in **Ichimonji No Kamae**. Uke schlägt **Migi Jodan Tsuki**. Tori blockt mit **Hidari Jodan Uke**. Mit **Hidari Shito Ken** zu Kimon. Uke schlägt mit **Hidari Jodan Tsuki**. Tori geht 45° links zurück, hebt die linke Hand auf die Höhe von Uke's Augen, danach **Migi Jodan Uke** und **Migi Shito Ken** zu Kimon. Tori geht rechts zurück in **Jumonji No Kamae**.

# TORITE KIHON GOHO

## **Omote Gyaku** (Handgelenkhebel nach außen)

Uke macht einen Schritt rechts nach vorn und ergreift mit rechter Hand Tori's linkes Revers. Tori sichert die Hand mit seiner linken und macht einen Schritt nach rechts, um Uke's Arm zu strecken. Hand nun lösen, dazu beide Hände mit Daumen auf Uke's Handrücken und nach oben ziehen. Links zurück und Hebelbewegung so, daß Uke zu Boden gehobelt wird.

Omote Gyaku Dori richtig ausgeführt, bricht das Handgelenk, den Ellenbogen und die Schulter des Gegners.

## **Omote Gyaku Tsuki / Henka**

Wie Omote Gyaku, jedoch mit Jodan Tsuki durch Uke.

## **Ura Gyaku** (Handgelenkhebel nach innen)

Uke macht einen Schritt rechts vor und ergreift mit rechter Hand Tori's linkes Revers. Tori gibt dem Druck von Uke durch Tai Sabaki in Form eines Schrittes mit links nach hinten nach und führt mit seiner rechten Hand eine kreisförmige Bewegung über das Gesicht von Uke aus. Durch senken des Körperschwerpunktes wird der Gegner zu Boden gehobelt.

## **Musha Dori** (Den Krieger fangen)

Uke ergreift mit seiner linken Hand Tori's rechten Ärmel. Tori macht eine Bewegung nach rechts und führt seinen Arm kreisförmig über Uke's Arm. Gleichzeitig Drehung nach links auf die Linie von Uke, Schwerpunkt nach unten bringen und die Hände zusammenführen. Hände nach oben reißen und Kick in Uke's Knie. (oder nach hinten abknien)

Musha Dori war Takamatsu Senseis Spezialtechnik. Die Technik stammt aus der Musashi Ryu, deren Krieger sich allein mit dieser Technik gegen beinahe jeden Angriff verteidigen konnten.

## **Ganseki Nage** (Den Felsbrocken werfen)

Uke ergreift den Ärmel von Tori. Tori macht eine Bewegung zur Seite, dreht sich mit dem Rücken zu Uke (Hoko no kamae, Bein vor Uke's Bein).

Hüftkörperdrehung, um Uke werfen zu können.

# TAIJUTSU NO KAMAE

## Kampfstellungen

Bei jeder Form von Kamae sollten die Knie gebeugt und nicht gestreckt sein.

**Shizen** (Natürliche Stellung)

Shindenfudo Ryu Jutaijutsu

**Ichimonji No Kamae**

Koto Ryu Koppojutsu

**Hicho No Kamae** (Kranichstand)

Gyokko Ryu Kosshijutsu

**Doko No Kamae** (Zorniger Tiger)

Togakure Ryu Ninpo Taijutsu

**Jumonji No Kamae**

Gyokko Ryu Kosshijutsu

**Kosei No Kamae**

Kukishinden Ryu Dakentaijutsu

**Hira No Kamae**

Kukishinden Ryu Dakentaijutsu

**Hira Ichimonji No Kamae**

Kukishinden Ryu Dakentaijutsu

Shindenfudo Ryu Jutaijutsu

**Hoko No Kamae**

Koto Ryu Koppojutsu

**Fudoza**

Shindenfudo Ryu Jutaijutsu

**Seiza**

# HOKEN JUROPPO

## Die 16 geheimen Fäuste

1. **KIKAKU KEN** oder **ZU TZUKI** (Dämonenhorns Schlag)  
Benutze den dicken Knochen auf der Stirn, die Seiten oder den Hinterkopf.
2. **SHUKI KEN** (Ellenbogenstoß)
3. **FUDO KEN** oder **KONGO KEN**
4. **SHUTO** oder **KITEN KEN**  
Shuto = Koto Ryu ; Kiten Ken = Gyokko Ryu (Kiten heißt „Weisheit“)
5. **SHIN KEN**  
Benutze die Fingerspitzen für Schläge oder Drücke.
6. **SHITAN KEN**
7. **SHAKO KEN**
8. **BOSHI KEN** oder **SHITO KEN**  
Boshi ken = Koto Ryu ; Shito Ryu = Gyokko Ryu
9. **SHIKAN KEN** (Verlängerte Knöchelfaust)
10. **KOPPO KEN** oder **KO KEN**  
Benutze den Mittelknöchel von einem geknickten Daumen, der gegen eine Faust gestützt ist.
11. **HAPPA KEN** oder **HACHIYO KEN**
12. **SOKUYAKU KERI** (Fußsohlentritt)
13. **SOKKI KEN** oder **HICHO GERI** (Knieschlag)
14. **SOKU GYAKU GERI**
15. **TAI KEN**  
Benutze die Hüften, Schultern etc. zum schlagen oder drücken.
16. **SHIZEN KEN** oder **KIKEN**  
Benutze die Fingernägel oder Zähne zum Angriff auf nahe Ziele.

# TAIHENJUTSU MUTODORI NO KAMAE

## Hira No Kamae

Uke steht mit einem Katana in **Daijodan**. Tori steht in **Hira No Kamae**.  
Uke greift mit **Jodan Kiri** an. Tori geht zurück in **Ichimonji No Kamae** um dem Schnitt auszuweichen. Tori macht eine Rolle über die rechte Schulter, um zu entkommen.

## Ichimonji No Kamae

Uke steht mit einem Katana in **Daijodan**. Tori steht in **Ichimonji No Kamae**.  
Uke greift mit **Jodan Kiri** an. Tori rollt 45° über rechte Schulter rechts vor.  
Uke dreht sich in **Daijodan** zu Tori. Tori sichert mit linkem Arm das Schwert und schlägt mit **Migi Shito Ken** zu Suigetsu.

## Jumonji No Kamae

Uke steht mit einem Katana in **Daijodan**. Tori steht in **Jumonji No Kamae**.  
Uke greift mit **Jodan Kiri** an. Tori springt leicht zurück, um dem Schnitt auszuweichen. Danach springt Tori vor und schlägt **Migi Omote Shuto** zu Uko und **Hidari Ura Shuto** zu Kote.

# CHI RYAKU NO MAKI

Die Prinzipien der Erde

## Hajutsu Kyu Ho

9 Methoden um einen Angreifer zu überwältigen

### **Tehodoki** (Handbefreiungen)

#### **Katate** (eine Hand)

Mit Körpereinsatz über den Daumen/Finger befreien.

#### **Ryote** (zwei Hände)

Ohne Kraft nur mit Körpereinsatz aus dem Griff befreien.

### **Taihodoki** (Körperbefreiungen)

Benutze Hände, Füße, Kopf, Nägel usw um aus dem Griff zu entkommen.

### **Oya Goroshi** (Töte die Eltern)

Befreie dich selbst aus Griffen, indem du den Daumen des Gegners angreifst.

### **Keri Kudaki** (Trittbrecher)

Benutze die Hände und Füße um Uke's Tritte anzugreifen.

1. Tritt gegen den Fauststoß, kick das Standbein oder die Leiste.
2. Fang den Kick und kick zum Standbein.
3. Fauststoß gegen das kickende Bein (Fudo Ke Yaku Ate).

### **Ko Goroshi** (Töte das Kind)

Befreie dich aus Griffen des Gegners, indem du die kleinen Finger verbiegst, brichst oder zerschmetterst.

Dieses wird auch manchmal „Kyo Jyadori“ (Fang einen starken Mann) genannt.

### **Kosshi Kudaki** (Wurfskonter)

Um zu verhindern, daß wir geworfen werden senken wir den Schwerpunkt.  
Sei entspannt und treffe die Schwachpunkte des Gegners.

## **Happo Geri (8Wege um zu treten)**

1. Rechte Ferse stampft zum linken Oberschenkel.
2. Linke Ferse stampft zum rechten Oberschenkel.
3. Rechter Fersenkick zur Innenseite des linken Oberschenkel.
4. Linker Fersenkick zur Innenseite des rechten Oberschenkel.
5. Rechte Fußinnenseite kickt zur Leiste.
6. Linke Fußinnenseite kickt zur Leiste.
7. Henka Keri....Jeder Kick mit dem rechten Fuß, der Schmerzen erzeugt.
8. Henka Keri....Jeder Kick mit dem linken Fuß, der Schmerzen erzeugt.

## **Ken Kudaki (Faustschlagzerstörer)**

Uke greift mit Tsuki an, Tori blockt mit Jodan Uke und kontert sofort mit Shuto oder Fudo Ken zum Arm.

## **Henka Kudaki**

Wie Ken Kudaki, jedoch keinen Shuto sondern Kick zu Arm (Ellenbogen).



# GYAKU WAZA

## **Omote Take Ori** (Breche den Bambus)

Fange Uke's Hand und hebel das Handgelenk in Richtung Unterarminnenseite. Wenn du das Handgelenk mit dem Körper fängst, wird es „Take Ori Tai Ori“ genannt.

## **Ura Take Ori** (Breche den Bambus)

Fange Uke's Hand und hebel das Handgelenk in Richtung Unterarmaußenseite.

## **Omote Gyaku**

Gyokko Ryu Kosshijutsu

## **Ura Gyaku**

Gyokko Ryu Kosshijutsu

## **Hon Gyaku**

Die Hand von Uke befindet sich in Ura Gyaku, die Bewegung von Tori stoppt in dem Moment, in dem Uke's Hand mit dem kleinen Finger nach oben zeigt. Tori preßt nun das Handgelenk in vertikaler Position gegen seine Brust und macht einen kleinen Schritt mit rechts vor oder hinten (mit gradem Rücken!).

## **Omote Oni Kudaki** (Breche den Teufel)

Kukishinden Ryu Dakentajjutsu

Uke greift mit der rechten Hand Tori's linkes Revers. Tori macht einen Schritt rechts vor, wobei er die linke Hand unter dem Arm von Uke vorbeiführt und das Handgelenk sichert. Gleichzeitig führt er die rechte Hand unter dem Oberarm des Angreifers hindurch. Nun führt er die Handflächen zusammen, macht einen Schritt zurück und übt Druck auf Uke's Schulter aus.

## **Ura Oni Kudaki**

Kukishinden Ryu Dakentaijutsu

Uke greift mit der rechten Hand Tori's linkes Revers. Tori macht einen Schritt rechts vor, wobei er die linke Hand unter dem Arm von Uke vorbeiführt und das Handgelenk sichert. Gleichzeitig führt er die rechte Hand über den Oberarm des Angreifers hinweg. Nun drückt Tori mit seinem rechten Arm von außen nach innen gegen das Ellenbogengelenk von Uke, gleichzeitig linke Hand nach außen hebeln.

## **Musha Dori (Fang den Krieger)**

Gyokko Ryu Kosshijutsu.

## **Muso Dori (Fang einen starken Mann)**

Uke ergreift Tori's linken Ärmel mit der rechten Hand. Tori bewegt sich nach links, um Ukes Arm zu strecken. Uke's Arm im linken Arm fangen und mit Druck beider Hände auf Uke's Ellenbogen den Angreifer zu Boden hebeln.

## **O - Gyaku (Großer Hebel)**

Wenn Uke auf dem Boden liegt, platziert Tori sein Knie nah an Uke's Körper und hebelt Uke's Arm vertikal nach oben. Tori drückt gleichzeitig Uke's Schulter auf den Boden und lehnt sich nach vorn, um zu hebeln.

# TORITE KIHON DORI NO KATA

## **Omote Gyaku**

Wenn Uke auf dem Boden liegt, Ellenbogen des gestreckten Armes mit rechtem Knie hebeln.

## **Ura Gyaku**

Wenn Uke auf dem Boden liegt, kniet Tori sich auf den Arm. Er nutzt Ko Goroshi, um zu sichern.

## **Suwari Gata**

### **Ich Geki** (In Zorn / Wut)

Tori und Uke sitzen beide in Fudoza. Uke greift mit rechts Tori's Jacke. Hand mit links fixieren, zurücklehnen und mit rechts Kick zu Suigetsu. Mit der linken Hand den Arm von Uke wegschlagen. Nach hinten ausweichen und Ichimonji No Kamae einnehmen.

### **Osae Komi** (Niederhalten)

Tori und Uke sitzen beide in Fudoza. Uke greift mit rechts Tori's Jacke. Ura Gyaku und mit rechtem Fuß Uke's linkes Bein wegtreten. Danach rechtes Knie auf Uke's rechtem Arm platzieren.

## **HAPPA KERI HENKA**

(8 Variationen wechselnder Tritte)

### **Sukui Keri** (Schaufelnde oder hebende Tritte)

1. Kick mit Innenseite des rechten Fußes zu den Genitalien/Schienbein und danach mit rechter Ferse Stampftritt zur Außenseite des linken Oberschenkels/Knie.
2. wie oben nur mit links.
3. Fersenstampftritt zu linken Oberschenkel, gefolgt von Stampftritt auf Fußspann.
4. wie oben nur mit links.
5. Mit dem linken Fuß blockiert Tori Uke's rechten Fuß und Kickt mit rechts zum Körper.
6. wie oben nur mit rechts.
7. Ashi Barai: Niedriger Fußfeger rechts zu dem oder den Fußgelenken von Uke.
8. wie oben nur mit links.

### **Hito** (Fliegender Fall)

Koto Ryu Koppojutsu. Chuden No Kata.

Uke schlägt Tori mit **Shitanken** auf das Schlüsselbein. Uke springt in die Luft und führt **Ryote Soku Yaku Keri** aus. Uke landet auf den Füßen oder rollt sich ab.

### **Kappi** (Lebhafter Sprung)

Koto Ryu Koppojutsu. Chuden No Kata.

Uke und Tori gehen aufeinander zu (rechte Seite). Uke schlägt Tori mit einem **Migi Ura Shuto** auf den linken Bizep. Unmittelbar danach führt er einen **Hidari Ura Shuto** zu Uko aus und entkommt durch **Hicho Tobi**.

### **Kompi** (Packen und fliegen)

Koto Ryu Koppojutsu. Chuden No Kata.

Uke greift Tori mit einem **Shikanken** an. Tori geht vor, um dem Schlag auszuweichen. Nun geht Tori vor und führt **Migi Ura Shuto** zu Uko aus. Danach springt Tori mit **Hicho Tobi** nach hinten und entkommt.

### **Jumonji**

Gyokko Ryu

### **Keri Sukui**

Uke kickt, Tori duckt sich und greift Uke's Standbein an. Uke landet auf dem Rücken.

### **Ashi Dome**

Uke kickt mit rechts **Zempo Geri**. Tori taucht von außen unter dem Bein durch und schlägt **Migi Fudo Ken** zum linken Standbein. Tori ergreift das Standbein und drückt es nach hinten. Dieses wird auch „**Moguri Gata**“ genannt.

# SHIME WAZA GO KATA

Im Togakure Ryu Ninjutsu wird bis zur „Bewusstlosigkeit“ oder bis zum „Genickbruch“ gewürgt.

## **Hon Jime**

Takagi Yoshin Ryu. Eri Shime Gata.

Uke greift mit der rechten Hand den rechten Kragen und mit der linken den linken Kragen (Hände über Kreuz). Uke macht eine Scherenbewegung um zu würgen. Uke dreht dabei die Knöchel zu den Halsinnenseiten (Daumen-innenseiten der Jacke ).

## **Gyaku Jime**

Takagi Yoshin Ryu. Eri Shime Gata.

Uke greift wie Hon Jime, jedoch mit den Fingern in der Jacke. Uke führt eine Scherenbewegung aus.

## **Itami Jime**

Takagi Yoshin Ryu. Eri Shime Gata.

Tori greift Ryote Mute Dori (Handflächen unten). Den Gegner ziehen und mit den Knöcheln nach vorn stoßen (zu den Seiten des Halses).

## **Sankyaku Jime (Dreieckwürgen)**

Tori legt den linken Unterarm von hinten quer vor den Hals von Uke und greift jetzt die eigene linke Hand mit der rechten Hand. Nun mit Körpereinsatz und Zug der Arme den Gegner würgen.

## **Do Jime (Körperwürgen)**

Diese Techniken werden auch „Katada Jime“ genannt.

# RYUSUI IKI

(Mit dem fließenden Wasser gehen)

## **Tomoe Nage** (Kopfwurf)

Tori ergreift Uke mit beiden Händen, setzt sich nach hinten auf sein Gesäß, positioniert einen Fuß in der Bauchgegend von Uke und wirft diesen über seinen Kopf nach hinten auf den Rücken.

## **Tachi Nage** (Standwurf)

Tori ergreift Uke mit beiden Händen, setzt sich nach hinten auf sein Gesäß, schiebt dabei die Beine durch Uke's und zieht ihn mit dem Gesicht auf den Boden.

## **Yoko Nagare** (Seitliches Fließen)

Tori ergreift Uke mit beiden Händen, setzt sich nach hinten auf sein Gesäß, schiebt dabei die Beine seitlich an Uke's vorbei und zieht ihn auf den Boden.

## **Temakura** (Handkissenwurf)

Die linke Hand von Tori greift das rechte Handgelenk von Uke, mit der rechten Hand kontrolliert er von unten/außen das Ellenbogengelenk. Nun setzt sich Tori nach hinten auf sein Gesäß, blockiert mit seinem rechten Bein evtl. von vorn/innen das rechte Bein des Angreifers und reißt diesen nach hinten mit dem Gesicht zuerst zu Boden.

## **Kuruma Nage** (Wasserrad)

Tori packt Uke's Kragen, tritt in seine Genitalien setzt sich auf sein Gesäß, wirft Uke über den Kopf und macht die rollende Bewegung mit. Abschluß sitzend auf Uke's Brust.

# NAGE KATA

**Ganseki Nage** (den großen Fels werfen)  
Shindenfudo Ryu Dakentaijutsu

**Ganseki Otoshi** (Senke einen großen Felsen)  
wie Ganseki Nage jedoch mit dem rechten Bein Uke's linkes nach hinten fegen.

**Ganseki Ori /Ganseki Tobashi** (Fliegender großer Felsen)  
wie Ganseki Nagē jedoch mit dem rechten Bein über das rechte Bein von Uke und Wurf. (über beide Beine !)

**Ganseki Keri** (Einen großen Felsen treten)  
Uke und Tori stehen in Kumi Uchi. Griff lösen, Bewegung zur Seite und mit rechtem Arm Uke's linken hebeln (Muso Dori). Kick zum Gesicht/Bauch und nach vorn wegstoßen.

**Harai Goshi** (Hüftfeger)  
Uke schlägt Migi Jodan Tsuki. Tori weicht mit Migi Jodan Uke von außen nach links aus. Rechte Hand ergreifen, mit linken Arm unter den Ellenbogen schlagen. Nun ergreift Tori mit beiden Händen den Arm, zieht ihn nach unten um Uke zu werfen.

**Taki Otoshi** (Wasserfallsturz)  
Tori wirft Uke mit einem beliebigen Wurf. Wenn Uke in der Luft ist, zieht sich Tori aus der Technik zurück und läßt den Angreifer hart auf den Boden fallen.

**Osoto Gake** ( Großer Innenseitenfall)  
Tori und Uke stehen in Kumi Uchi. Tori bewegt sich nach links und tritt mit dem rechten Fuß von hinten „gerade“ in Uke's rechtes Bein.

### **Uchi Mata Uchi Gake**

Tori und Uke stehen in **Kumi Uchi**. Tori tritt mit rechts in Uke's Leiste (oder nur antäuschen). Nach links drehen und ohne den Fuß abzusetzen, **Sokuyaku Keri** zu Uke's Oberschenkel treten und ihn werfen.

### **Hane Nage** (Sprungwurf)

Tori will Uke werfen aber Uke hält dagegen. Tori tritt mit dem rechten Bein gegen Uke's rechtes Knie sowie gleichzeitiger Zug, um zu werfen.

### **Itame Nage** (Schmerzvoller - Wurf)

Tori greift im Moment des Wurfes mit **Shako Ken** an irgendeine empfindliche Körperstelle (Rippen, Hals, Kehle, Gesicht, Arm- oder Beinmuskeln usw.) an.



# JIN RYAKU NO MAKI

## Die Prinzipien des Mannes / Menschen

### **Ichi Geki** (In Zorn / Ein Wüten)

Tori und Uke sitzen beide in Fudoza. Uke macht einen Schritt nach vorn und greift mit rechts die Jacke von Tori. Tori greift mit rechter Hand, zieht Uke zu sich und führt mit rechts einen Tritt zur Brust aus. Dann schlägt er Hidari Ura Shuto Ken zum rechten Arm von Uke und steht auf in Ichimonji no kamae.

### **Osae Komi** (Niederhalten)

Tori und Uke sitzen beide in Fudoza. Uke macht einen Schritt nach vorn und greift mit rechts die Jacke von Tori. Tori führt Migi Ura Gyaku aus und tritt mit seinem rechten Bein das linke Knie des Gegners nach hinten weg. Wenn der Gegner nach vorn fällt, setzt Tori sein rechtes Knie auf den Ellenbogen des rechten Armes von Uke, um ihn zu fixieren.

### **Ude Ori** (Armbrecher)

Shindenfudo Ryu Jutaijutsu. Shoden no kata.

Tori und Uke sitzen beide in Fudoza. Uke greift mit links Toris Jacke, macht mit rechts einen Schritt nach vorn und schlägt mit rechts einen Tsuki zu Toris Gesicht. Tori reagiert, indem er die linke Hand von Uke sichert, sich zurücklehnt und mit dem rechten Knie von außen Druck gegen den gestreckten Ellenbogen von Uke ausübt. Tori rollt nach links und behält dabei den Druck mit dem Knie aufrecht.

### **Kana Shibari** (Eiserner Griff)

Tori packt den Kragen oder die Schultern von Uke und schlägt Koppo Ken mit den Knöcheln seitlich gegen den Hals (Druck halten !). Danach führt Tori Kikaku Ken zu Ukes Gesicht aus .

## **Tengu Dori** (Fang den Dämon)

Takagi Yoshin Ryu Jutaijutsu. Ura Shoden No Kata.  
Ryote Happa Ken zu den Ohren. Danach Boshi ken zur Nase.

## **Ketsu Miyaku** (Quetsche den Puls)

Gyokko Ryu Kosshijutsu. Jo Ryaku no maki.  
Uke würgt Tori von hinten mit Sankaku Jime. Tori dreht sein Kinn nach rechts in die Armbeuge und senkt sein Körpergewicht. Mit rechten Daumen Kyosho Punkt drücken. Die linke Hand greift das rechte Handgelenk (Arm gestreckt halten) nach rechts bewegen (Seite an Seite) und tritt zu Ukes rechten Wadenmuskel.

## **Tai Jime** (Quetsche den Körper)

Uke liegt auf dem Boden. Tori schiebt einen Fuß unten Ukes Rippen und quetscht dessen Brustkorb. Wenn Uke versucht zu fliehen, setzt man den anderen Fuß über und hebt gegen den Körper.

## **Jigoku Otoshi / Chi Goku Otoshi**

Uke schlägt Migi Jodan Tsuki. Tori blockt mit rechts Jodan Uke, zieht den Arm von Uke und hebt ihn mit Druck des linken Knies (gegen Ellenbogen) auf den Boden.

# NAGE KAESHI

## Konterwurfstechniken

### **Koko / Okyo** (Falscher Stoß)

Uke versucht Tori zu werfen. Dieser senkt seine Hüfte und kontert mit Boshi Ken zu den Nieren (Shichibatsu) oder den Rippen sowie mit Fudo Ken zum Solar Plexus (Suigetsu).

### **Atami Dori / Zu Dori** (Fang den Kopf)

Uke versucht Tori zu werfen. Dieser senkt seine Hüfte und kontert mit Migi Fudo Ken zum Gesicht. Gleichzeitig greift Tori mit links in die Haare und reißt diese nach hinten. Unterstützt wird diese Technik durch Migi Shako Ken zu den Augen von Uke.

### **Fu Kan** (Windwechsel)

Shinden Fudo Ryu Dakentaijutsu. Shizen Shikoku No Kata.

Uke versucht Tori zu werfen. Tori schlägt Migi Fudo Ken zu Ukes Gesicht. Mit der linken Hand hinter den Rücken von Uke greifen und Migi Zempo Kaiten ausführen. Zum Schluß sitzt Tori auf Uke.

### **Koyoku**

Koto Ryu Koppojutsu. Shoden No Kata.

Uke schlägt Migi Jodan Tsuki. Tori verteidigt mit Hidari Jodan Uke. Anschließend Hidari Boshi Ken zu den Rippen (Batsumetsu) und Ganseki Nage.

### **Hote Ki**

Koto Ryu Koppojutsu. Shoden No Kata.

Uke hält Tori mit Migi Momune Katate und schlägt Hidari Jodan Tsuki. Tori sichert die Hand und blockt mit Migi Jodan Uke. Danach sofort Migi Omote Shuto auf den Bizep von Ukes rechtem Arm. Mit rechter Hand Ellenbogen hebeln und Seio Nage ausführen.

### **Ate Nage**

Takagi Yoshin Ryu Jutaijutsu. Chuden No Sabaki Gata.

Uke greift mit links Toris Jacke. Tori führt Migi Take Ori aus und schlägt Hidari Fudo Ken zu Ukes Rippen. Dann dreht Tori sich unter dem linken Arm von Uke durch, so daß er hinter Uke steht. Nun faßt er mit seiner linken Hand die linke Schulter von Uke und tritt diesem das Standbein weg.

# KERI NI TAISHITE

## **Kyoto**

Tori sitzt in Seiza. Uke tritt Migi Zempo Keri. Tori weicht nach links aus und fängt den Tritt mit der Schulterauf. Jetzt greift er Ukes Standbein an und bringt ihn zu Boden. (Dieses wird auch Ashi Jigoku Dori genannt)

## **Huko 1** (der Tiger legt sich hin)

Uke greift mit Migi Chudan Keri an. Tori blockiert mit Migi Gedan Uke. Tori geht links vor und schlägt Hidari Shitan Ken zu Ukes rechter Leiste.

## **Huko 2**

Uke greift mit Migi Chudan Keri an. Tori blockiert mit Hidari Gedan Uke , sofort das Bein mit der linken Hand fangen und Migi Fudo Ken zur Oberschenkelinnenseite schlagen.

## **Setto / Settoh** (Brechen und fallen)

Koto Ryu Koppojutsu. Shoden No Kata.

Uke greift mit rechts Toris Jacke. Tori fixiert mit links dabei schritt nach links und Migi Omote Shuto zur Innenseite des rechten Bizeps. Danach führt Tori Hidari Boshi Ken zu den Rippen des Gegners aus.

## **Hisaku / Hi Sakku** (Fliegen und quetschen)

Tori geht auf Uke zu. Sobald es die Distanz zuläßt, schlägt er Boshi Ken zu dessen Hals, Ryote Shako Ken auf die Schultern, springt Uke mit den Beinen zuerst an und verschränkt die Beine hinter dessem Rücken (Do Jime).

Danach schlägt er Migi Tetsui auf dessen Nase, läßt sich nach hinten zu Boden fallen und zieht Uke mit den Händen die Beine weg. Danach kann Ashi Jime zum rechten Bein von Uke und Migi Kagato Geri zu den Genitalien angewendet werden.

## **Hito** (Fliegender Fall)

Koto Ryu Koppojutsu. Chuden No Kata.

Uke geht auf Tori zu, Tori schlägt mit Shitan Ken zum Schlüsselbein.

Dann mit Tobi Ni Keri den Gegner wegtreten, fallen lassen und mit Koho Kaiten abschließen.

## **Seion / Sei On** (Klangvolle Stimme)

Kukishinden Ryu Dakentaijutsu. Shoden No Kata.

Uke ergreift Tori in Kumi Uchi und bereitet einen Wurfansatz vor. Tori schlägt Shito Ken in die rechte Hals- bzw. Nackenpartie von Uke und streckt seinen rechten Arm, während er sich nach links bewegt und dabei mit rechts das Gleichgewicht von Uke nach hinten bricht. Tori hält den linken Arm von Uke und tritt mit der rechten Ferse einen Stampftritt zur Außenseite des rechten Knies. Tori behält den Zug mit dem rechten Arm bei, kniet mit links ab und wirft Uke über sein aufgestelltes Bein zu Boden.

## **Yume Makura** (Traumkissen)

Kukishinden Ryu Dakentaijutsu. Sabaki Gata.

Uke greift Tori mit der linken Hand und tritt Migi Zempo Keri. Tori fixiert mit rechter Hand Ukes linke und blockt mit Hidari Gedan Uke. Uke schlägt Migi Fudo Ken und Tori blockiert mit Hidari Jodan Uke. Tori greift nun Ukes rechten Arm in einer Form von Oni Kudaki und versucht einen rückwärts ausgerichteten Hüftwurf anzusetzen. Wenn der Gegner dem Wurf widersteht, setzt Tori sofort Temakura an.

## **Ryote Kake / Ryo Te Gake** (Zwei- Hände- Falle)

Takagi Yoshin Ryu Jutaijutsu. Chuden No Tai No Kata.

Uke würgt Tori mit beiden Händen. Tori reagiert, indem er seine Hüften absenkt, seinen linken Fuß zurücksetzt, mit beiden Händen von unten gegen die Ellenbogengelenke des Angreifers schlägt und die Arme greift. Sofort dreht sich Tori nach rechts, kniet sich rechts ab, zieht am linken Ellenbogen des Gegners und drückt dessen rechten gleichzeitig nach oben, um diesen nach hinten auf den Rücken zu werfen. ( !! Alle Schritte sind gleichzeitig auszuführen !! )

## **Fudo** (Unbeweglich)

Shindenfudo Ryu Dakentaijutsu. Shizen Shikoku No Kata.

Uke greift mit der linken Hand und schlägt Migi Jodan Tsuki. Tori blockt mit Hidari Jodan Uke. Nun führt er mit rechter Hand bei Ukes linker Take Ori durch. Danach taucht er unter dem Arm durch, greift mit seiner linken Hand Ukes linke Schulter und kickt mit rechtem Stampftritt gegen das linke Bein. Den Gegner fallen lassen.

## **Gokuraku Otoshi** (Laß zum Himmel fallen)

Shindenfudo Ryu Jutaijutsu. Shoden No Kata.

Uke und Tori stehen in Kumi Uchi. Tori macht Migi Muso Dori, dreht nach rechts und kickt mit links Ukes linkes Bein weg.

## **Tei Ken** (Quetschender Schlag)

Gyokko Ryu Kosshijutsu. Jo Ryaku No Maki.

Uke quetscht Tori mit Tai Jime von hinten. Hände lösen und in Hira No Kamae gehen. Nun nach links unter dem Arm durchtauchen, die Arme überkreuzen und Uke nach vorn werfen. Die Technik wird durch einen Fersenstampftritt beendet.

## **Setsu Yaku** (Schneesprung)

Shindenfudo Ryu Dakentaijutsu. Ten No Kata.

Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an, Tori blockt mit Hidari Jodan Uke.

Setzt dann sofort vor und führt Oni Kudaki aus, um den rechten Arm von Uke zu brechen. Tori hält den Hebel und greift mit der rechten Hand unter dem Arm des Angreifers hindurch und greift dessen rechte Schulter von hinten. Nun setzt Tori mit links zurück, kniet links ab und wirft Uke auf dessen Rücken.

## **Musan / Mu San** (Nebel erzeugen)

Shindenfudo Ryu Dakentaijutsu. Ten No Kata.

Uke greift mit Migi Gedan Tsuki an, Tori geht leicht nach rechts vorn und blockt mit Hidari Shako Ken. Danach folgt Migi Shitan Ken zu den Augen des Gegners. Den rechten Arm des Gegners nach oben drücken und unter ihm durchtauchen. Tori steht nun hinter Uke und führt einen vertikalen Ellenbogenstoß gegen das Ellenbogengelenk von Uke aus. Uke zu Fall bringen.

## **Shiho Dori** (Vier-Wege-Griff)

Kukishinden Ryu Dakentaijutsu. Shoden no kata.

Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an. Tori blockt mit Hidari Jodan Uke am Handgelenk von Uke. Uke greift Tori's kragen mit der linken Hand.

Tori setzt Oni Kudaki an, führt Yoko Aruki nach links aus und setzt seinen rechten Fuß hinter Uke's linkes Bein ab. Jetzt führt Tori Oni Kudaki aus und sichelt das linke Bein von Uke gleichzeitig mit seinem rechten Bein weg.

## **Moguri Nage**

Takagi Yoshin Ryu Jutaijutsu. Moguri gata.

Uke greift mit links Tori's Kragen und führt mit rechts Jodan Tsuki aus.

Tori sichert den Griff und blockt mit Hidari Jodan Uke.

Uke kickt mit rechts Zempo Keri, Tori blockt mit Hidari Gedan Uke.

Tori wechselt die Hände und führt Ura Oni Kudaki aus.

Tori kickt mit einem linken Fersenkick zur Rückseite von Uke's linkem Oberschenkel, Schritt zurück und auf dem rechten Knie abknien.

## **Koku (Leere)**

Gyokko Ryu Kosshijutsu. Jo Ryuaku no maki.

Uke und Tori stehen in Ichimonji no kamae. Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an.

Tori blockt mit Hidari Jodan Uke und schlägt Migi Ken Kudaki zu Uke's Arm.

Uke kickt Migi Zempo Keri. Tori macht Yoko Aruki nach links und kickt Hidari

Keri Kaeshi unter Uke's Bein. Danach mit links in den Gegner absetzen und

Hidari Shito Ken zu Butsumetsu ( Rippen ) ausführen.

## **Renyo (Gib einen Ritt)**

Gyokko Ryu Kosshijutsu. Jo Ryaku no maki.

Uke und Tori stehen in Ichimonji no kamae. Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an.

Tori blockt mit Hidari Jodan Uke. Uke kickt Migi Zempo Keri. Tori führt Migi

Keri Kaeshi aus, um den Gegner zu einer Drehung nach rechts zu zwingen.

Uke ergreift jetzt mit rechts Tori's Kragen worauf dieser Migi Ura Shuto Ken

zum Halz / Nacken von Uke schlägt. Tori geht links zurück und streckt so Uke's

Arm. Danach setzt er Ura Gyaku an. Bei der Ausführung des Hebels kickt Tori

Migi Zempo Keri, wechselt zu Omote Gyaku und hebelt Uke zu Boden.

## **Saka Nagare / Gyaku Nagare (Umgekehrt werfen)**

Gyokko Ryu Kosshijutsu. Jo Ryaku no maki.

Uke und Tori stehen in Ichimonji no kamae. Uke schlägt Migi Jodan Tsuki.

Tori blockt von außen mit Migi Jodan Uke und ergreift mit rechts Uke's Hand.

Uke setzt nun den Angriff mit Migi Zempo Keri fort und Tori blockt mit Migi

Keri Kaeshi zur Außenseite des angreifenden Beines. Danach wechselt Tori den

Griff von der rechten zur linken Hand. Uke schlägt nun Hidari Fudo Ken zu

Suigetsu. Tori blockt mit Migi Gedan Uke und geht rechts vor mit Migi Shuto

zu Uko, danach mit Omote Gyaku den Gegner zu Boden bringen.

## **Kasasagi** (Elster)

Takagi Yoshin Ryu Jutaijutsu. Chuden no Tai no Kata.

Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an. Tori blockt mit Migi Jodan Uke zur Außenseite des gegnerischen Armes und ergreift dessen Handgelenk. Uke kickt Migi Zempo Keri und Tori führt Migi Keri Kaeshi zur Außenseite des gegnerischen Beines aus. Dabei reißt Tori die rechte Hand von Uke nach unten. Danach schlägt er Hidari Shikan Ken zur rechten Rippenpartie von Uke, hebt dessen rechten Arm an, steigt mit Drehung im Uhrzeigersinn unter diesen und führt Omote Gyaku aus.

## **Ko** (Falsch)

Gyokko Ryu Kosshijutsu. Chu Ryaku no maki.

Uke und Tori stehen in Ichimonji no kamae. Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an. Tori blockt mit Hidari Jodan Uke und fängt Uke's Handgelenk. Uke kickt Migi Zempo Keri und Tori bewegt sich nach links vorn blockt den Kick mit Migi Gedan Uke. Auf diese Weise „läd“ er das gegnerische Bein mit einer Schaufelbewegung auf seine rechte Schulter. Nun drückt Tori Uke's Bein nach oben und zieht gleichzeitig dessen Arm nach hinten/unten zum Boden.

## **Soto** (Halten und fallen)

Koto Ryu Koppojutsu. Okuden no kata.

Uke geht auf Tori zu, Tori führt nun Migi Shako Ken zu Ryumon (Schlüsselbein) aus und drückt ihn nach unten. Tori stößt mit Kikaku Ken zu Men (Kopf). Mit dem linken Fuß zwischen Uke's Beine und mit rechts Soku Yaku Keri zu Gorin (unterster Bauchpunkt) danach Tomoe Nage. Tori rollt mit Uke mit und beendet die Technik mit Kikaku Ken.

## **Ransetsu** (Verrückter Schnee)

Koto Ryu Koppojutsu. Okuden no kata.

Uke geht auf Tori zu. Tori geht rechts vor und führt Ryote Shako Ken zu Do aus. Tori greift Uke's Jacke läßt sich mit dem Gesäß zuerst auf den Boden fallen, wobei er seine Füße zwischen Uke's Beinen hindurchschiebt und diesen nun mit dem Gesicht zuerst auf den Boden reißt.



## **Gekkan / Ge Kan** (Niedriger Wechsel)

Shindenfudo Ryu Dakentaijutsu. Ten no kata.

Uke und Tori stehen in Shizen. Uke greift mit Migi Tsuki Chudan (Shindenfudo Ryu) an. Tori bewegt sich nach rechts und nimmt mit der linken Hand Uke's rechte Hand auf. Tori bewegt sich nun nach links, hält Uke's linke Schulter und kickt mit Sokuyaku zu Suigetsu. Nun nach hinten absetzen und mit Hilfe von O-Gyaku den Gegner zu Boden bringen. Uke fällt jetzt rechts neben Tori auf den Bauch. Abschluß mit O-Gyaku.

## **Katamaki** (Einseitige Einwicklung)

Koto Ryu Koppojutsu. Shoden no kata.

Uke greift mit Migi Jodan Tsuki und Hidari Chudan Tsuki an. Tori blockt mit Hidari Jodan Uke, läßt den zweiten Schlag unter seinem rechten Arm durch und führt Musha Dori so aus, daß der Arm bricht. Nun Bewegung nach links und Hidari Boshi Ken zu Butsumetsu (Rippen).

## **Ko No Ki / Ko Ki** (Schlage den Dämon)

Koto Ryu Koppojutsu. Okuden no kata.

Uke geht auf Tori zu. Tori schlägt Ryote Happa Ken zu Uke's Ohren. Anschließend springt Tori in die Luft und führt Tobi Ni Keri gegen Uke's Brust oder das Gesicht aus. Entweder landet Tori auf den Füßen oder er führt Koho Kaiten aus.

## **U Gari** (Die Wachtel schneiden)

Shindenfudo Ryu Dakentaijutsu. Shizen Shikoku no kata.

Uke versucht Osoto Gake. Tori geht mit dem Wurf mit, führt Yoko Nagare aus und hält den Griff zu Uke bei. Auf diese Weise kann der Gegner auf sein Gesicht oder seine Schulter geworfen werden. Tori führt seine rollende Bewegung weiter und endet sitzend über Uke. Der Gegner wird mit Hon Jime kontrolliert.

## **Shizen** (Natürlich)

Shindenfudo Ryu Dakentaijutsu. Shizen Shikoku no kata.

Uke greift Tori mit Ryote Mune Dori. Wenn er nun zu schieben versucht, reagiert dieser, indem er die Hüften absenkt und entweder zum Bauch oder zur unteren Rippenpartie des Gegners schlägt. Wenn Uke zieht, kickt Tori zum Schienbein oder in die Genitalien.

# HAIBU YORI

## (Angriff von hinten)

### **Shi Sai** (Fingerbrechen)

Uke greift mit der rechten Hand von hinten Tori's Kragen. Tori faßt mit der rechten Hand nach hinten und greift Uke's Hand. Danach lehnt er sich nach vorn, um Uke's Arm zu strecken. Nun dreht Tori sich nach links und schlägt Hidari Ura Shuto zu Uke's Rippen. Im Anschluß mit dem Kopf unter dem Arm durchtauchen und den Griff mit Ura Gyaku lösen. Tori setzt nun den linken Fuß zurück und kniet sich ab. Abschluß mit kick des rechten Beines zur Brust /Gesicht von Uke.

### **Sakketsu** (Killerdruck)

Gyokko Ryu Kosshijutsu. Jo Ryaku no maki.

Uke greift Tori von hinten mit Tai Jime an (Körperumklammerung).

Tori senkt die Hüften, greift beide Hände und zieht sie zu den Seiten (wie Hira Ichimonji). Danach Yoko Aruki nach rechts, die Arme auf Spannung halten und den Gegner zu Boden bringen.

### **Kin Kudaki** (Zerstöre das Gold)

Uke greift Tori von hinten mit Tai Jime an. Tori schiebt die Hüfte zur Seite, greift in Uke's Genitalien und quetscht diese. Man kann ebenfalls einen Fersenstampftritt auf den Fußrücken von Uke ausführen oder einen Kopfstoß nach hinten in dessen Gesicht. Man kann auch alles kombinieren.

### **Hibari / Un Jaku** (Lerche)

Shindenfudo Ryu Dakentaijutsu. Ten no kata.

Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an. Tori kniet rechts ab und schlägt mit beiden Handflächen auf den Boden, um die Bewegung abzufangen. Sofort darauf springt Tori nach vorn hoch und schlägt im Sprung mit der rechten Faust unter Uke's Kinn. Nun führt Tori den rechten Arm unter Uke's linken durch und führt Ganseki Nage aus. Oder er greift Uke's Jacke und zieht ihn zu Boden.

### **Kata Otoshi** (Das Innere tröpfeln)

Uke greift mit Migi Zempo Keri an. Tori dreht sich im Uhrzeigersinn zur linken Außenseite und führt Soku Gyaku Keri zu den Genitalien von Uke aus. Beim Absetzen des rechten Beines schlägt Tori Shuki Ken zum Bein von Uke. Danach führt Tori Ryote Shako Ken zu Butsumetsu aus.

# MUTO DORI NO KATA

(Unbewaffnete Verteidigung gegen einen Schwertangriff)

Trainiere Muto Dori und nutze alle Techniken mit Waffen.  
Muto Dori ist die Basis des Taijutsu.

## **Ken Nagare** (Fließender Schlag)

Takagi Yoshin Ryu Jutaijutsu.

Uke greift mit einem Messerstich rechts vor an. Tori geht links vor und kontrolliert mit der linken Hand Uke's Ellenbogen. Jetzt schlägt Tori Migi Shikan Ken zum Handrücken von Uke, um diesen zu entwaffnen. Danach setzt er Omote Gyaku an, wobei er mit dem linken Fuß einen Schritt nach hinten macht.

# ZANTO TONKO NO KATA

(Praktische Übungen zum Entkommen)

## **Togakure Ryu Ninpo Taijutsu**

Ninja waren geschult, in Gefahrensituationen die natürlichen Prinzipien des Godai (Elemente) zum Entkommen und Verbergen zu benutzen (Inton Jutsu). Wenn der Gegner in der Überzahl war, nutzte der Ninja Metsubushi (Blendpulver), um zu verschwinden oder den Gegner zu schlagen. Die nachfolgenden Techniken beruhen auf dem Einsatz von Metsubushi, der Verwendung von Semban Shuriken sowie den Go Ton Tongi - Fluchttechniken. Metsubushi und neun Semban Shuriken werden in den oberen Innentaschen der Jacke verborgen. Diese Hilfsmittel müssen sinnvoll Kombiniert mit dem Tai Jutsu eingesetzt werden.

## **Kata Ude Tonso No Kata**

Uke greift mit der rechten Hand Tori's rechtes Handgelenk. Beide gehen in Hachimonji no kamae. Uke zieht Tori drei Schritte zurück. Beim zweiten Schritt macht Tori Take Ori und beim dritten Schritt folgt ein Kick zu den Genitalien sowie eine Drehung unter dem Arm (entgegen der Uhr). Danach Wurf so, daß Uke nicht rollen kann. Metsubushi ins Gesicht und Chi Tobi.

## **Sayu Tonso No Kata** ( Hidari Ude Tonso No Kata)

Uke greift mit rechter Hand Tori's linke und zieht ihn drei mal nach hinten. (Hachimonji) Tori geht mit und beim dritten Schritt Kick mit rechts zu den Genitalien. Danach mit rechter Hand an rechter Schulter ziehen und nach hinten auf rechtes Knie absetzen. Einsatz Metsubushi und mit Chi Tobi entkommen.

### **Kubisugi Tonso No Kata** (Migi Tekubisu Tonson Gata)

Uke greift von hinten Tori's Kragen und zieht ihn drei mal nach hinten. Beim dritten mal dreht Tori sich nach links und schlägt Uke in den Magen, gleichzeitig faßt er Uke's rechte Hand. Danach Uke's Arm über eigenen Kopf nach vorn bringen. Gegner zu Boden bringen. Einsatz Metsubushi. Chi Tobi.

### **Atekomi Tonso No Kata** (Schlagen und entkommen)

Uke greift mit einem Schwertschlag von oben nach unten an (Jodan Kiri). Tori bewegt sich aus Doko no kamae nach vorn, taucht unter dem Schwert weg, schlägt Migi Shito Ken zum Solar Plexus und blockt den Schwertschlag mit seinem linken ausgestreckten Arm von unten. Danach lehnt Tori sich nach rechts, wirft das Blendpulver und entkommt.

### **Kote Uchi Tonso No Kata** (Armschlag und entkommen)

Uke greift mit Jodan Kiri an. Tori bewegt sich aus Doko no kamae nach links am Schwert vorbei. Gleichzeitig schlägt er Tetsui (Hammerfaust) auf den rechten Oberarm von Uke.\* Wenn dieser das Schwert senkt, schlägt Tori mit der rechten Hand nach ), lehnt sich nach links zurück, wirft Blendpulver und entkommt.

\* Oder mit rechten Fuß vorgehen und mit Hidari Shiken Ken zu Kimon schlagen

### **Migi Uchi Tonso No Kata**

Tori steht in Happagakure no kamae. Uke in Chudan no kamae und greift mit Chudan Tsuki an. Tori bewegt sich nach rechts und greift mit links die Tsuba von oben sowie gleichzeitig schlag mit Migi Ura Shuto auf Uke's linken Arm.

Das Schwert nehmen und Metsubushi in Uke's Gesicht. Danach Chi Tobi.

### **Sayu Kumogakure No Kata**

Zwei Angreifer von vorn. Metsubushi. Hidari und Migi Tsuki. Zempo Nagare.

### **Kosei Kirigakure No Kata** (Nebelangriff)

Verteidigung gegen vier Uke die in Daijodan stehen. Metsubushi und Shuriken werfen, danach entkommen.

### **Happo Kirigakure No Kata** (In den Nebel in alle Richtungen entkommen)

Kampf gegen mehrere Uke zuerst Metsubushi dann abknien und Shuriken werfen dabei Kaiten.

或神

子隱流  
虎剛龍  
雲隱流  
玉虎流  
義鑑流  
玉心流  
九鬼神信流  
神信不動流  
高木揚心流