

TOGAKURE RYU NINPO

San To Tonkou no Kata

Yoko Aruki

Taiducu Ukemi Kata

Shinobi Gaeshi Gata

Hiden no Kata

Ninja Biken

San To Tonkou no Kata

(Forme bežećeg pacova)

Ove forme iz Togakure Ryua podrazumevaju korišćenje Metsubushi, Senban šurikena i Go - ton tongi, metode bežanja pet elemenata (chi, sui, ka, fu, ku). Znak "San" je nacrtan tako da predstavlja miša ili pacova, ali takođe može da ima značenje "boriti se". Znak "Ton" može se pre razumeti kao "skakati i trčati", za razliku od bukvalnog prevoda koji znači "bežati, pobeći". Zbog ovakvog značenja, o ovim formama se može misliti kao o "borenju uz pomoć skakanja i trčanja".

Metsubushi

Metsubushi (zaslepljujući prah) se sastoji od raznih supstanci koje su korišćene za "uzimanje" napadačevog vida. Supstance koje se koriste kreću od brašna, peska i pepela, do više iritirajućih supstanci kao što je lišće koprive i biljaka sa sličnim efektom. One su bile nošene na različite načine, u ljuskama od oraha i ljuskama od jaja, koje su prethodno ispražnjene tako što se naprave dve male rupice i kroz njih se isprazni jaje. Te rupice su zatim zapušene voskom. One su obično nošene u posebnim džepovima na gornjem delu gija. Kada se koriste, ljuške se razbijaju rukama i bacaju na isti način kao šurikeni. Varijanta Metsubushija je Nagedama, koja se sastojala od pirotehnike i prvo je trebalo zapaliti.

Šurikeni

Šurikeni koji su korišćeni u Togakure ryuu imaju dva oblika. Jedan je Bo šuriken, oružje koje podseća na iglu i može se naći u većem broju klasičnih škola Bojutsua. Drugi oblik su Senban šurikeni. To je ravna, tanka pločica sa rupom u obliku kvadrata na centru. Misli se da je ovo oružje nastalo iz sprave koje je prvobitno korišćena za izvlačenje eksera. Obično je nošeno devet šurikena i to u unutrašnjem džepu gija. Oni su bacani sa hitrim pokretom zgloba dlana, tako da se rotiraju kada su bačeni.

KATA UDE TONSOU NO KATA

1. Migi Kata Ude Tonso no kata (bežanje uz pomoć desne ruke/od hvata za desnu ruku)

Uke: Hachimonji no kamae. Zatim hvata Torijevu desnu ruku sa svojom desnom i povlači.

Tori: Hachimonji no kamae. Prati Ukea dva koraka. Kod trećeg koraka podiže svoju desnu ruku dok izvodi šut u genitalije Ukea svojom desnom nogom. Zatim se provlači ispod Ukeove desne ruke i primenjuje polugu na ispravljenu ruku u pravcu ramena. Tori se zatim spušta na desno koleno i baca Ukea. Zatim baca Metsubushi i beži (chi tobi)

HENKA

1. Uke primenjuje isti hvat. Tori iskoračuje u desno sa desnom nogom, i okreće svoj desni zglob da primeni Take ori na njegov levi zglob. Tori levom rukom hvata desni lakat Ukea, i povlači ruku ka sebi, tako da Take Ori bude izveden uz grudni koš. Poluga se okreće u Oni Kudaki da bi bacili Ukea. Tori zatim klekne na Ukeovu desnu butinu sa desnim kolonom.
2. Uke primenjuje isti hvat. Tori ukoračuje sa desnim stopalom i izvodi Boshiken u levu stranu Ukeovog vrata. Tori zatim iskoračuje desnim stopalom iza Ukeove desne noge i primenjuje Osoto Gake da bi bacio Ukea.
3. Uke primenjuje isti hvat. Tori iskoračuje napred i u desno sa desnim stopalom, u isto vreme rotirajući desni zglob u pravcu kazaljke na satu, da bi primenio Ura Gyaku na desnu ruku Ukea. Tori zatim koristi levo stopalo da počisti Ukeovu desnu nogu ka sebi, kako bi uke izgubio ravnotežu i pao licem na dole. Tori zaključava Ukeovu desnu ruku o svoje koleno.

2. Hidari Kata Ude Tonso no kata (bežanje uz pomoć leve ruke/ od hvata za levu ruku)

Uke: Haichimonji no kamae. Hvata levi zglob sa desnom rukom i povlači.

Tori: Haidhimonji no kamae. Prati Ukea dva koraka. Kod trećeg koraka podiže ruku i primenjuje Take Ori,

dok šutira sa desnim stopalom u genitalije. Prihvata desno rame sa desnom rukom. Zatim klekne na desno koleno, povlačeći Ukea, i baca ga licem na dole.

Baca Mestsubushi i beži, izvodeći hidari kaiten pa chi tobi.

HENKA

1. Uke primenjuje isti hvat. Tori podiže levu ruku da primeni Take Ori na desnom zglobo. Zatim hvata zadnji deo desnog zgloba sa desnom rukom i primenjuje Ura Gyaku, dok leva ruka hvata desni lakat i povlači nadlakticu prema svojim grudima da bi izveo bacanje (na taj način poluga je bolnija).

2. Uke primenjuje isti hvat. Tori podiže levu ruku i primenjuje Tako Ori. Zatim hvata njegovo desno rame sa desnom rukom (dok ga sa levom povlači na dole), i primenjuje O Gyaku da bi izveo bacanje. Zadržite polugu dok je Uke na zemlji.
3. Uke primenjuje isti hvat. Tori iskoračuje napred i u desno sa desnim stopalom, dok primenjuje Take Ori na desni zglob. Tori zatim iskoračuje ispod Ukeove ruke u pravcu suprotnom od kazaljke na satu, držeći njegovu ruku na taj način da levom rukom drži zglob, a desnom vrši pritisak na lakat (levo stopalo bi trebalo da bude ispred Ukeovog). Tori okreće kukove u smeru kazaljke na satu i klekne na levo koleno da bi izveo bacanje.

3. Kubisugi Tonsko no kata (bežanje od hvata za desnu ruku sa leđa)

Uke: Hvata desno rame sa svojom desnom rukom sa leđa i povlači.

Tori: Prati Ukea dva koraka. Kod trećeg koraka okreće se suprotno od kazaljke na satu u ukea, napadajući grudnu kost sa levim laktom. Zatim iskoračuje unazad ispod Ukeove ruke, držeći Ukeov zglob sa desnom rukom i lakat sa levom. Održavajući polugu, Tori se spušta na levo koleno da bi bacio Ukea. Zatim vadi Metsubushi, razbija ga o koleno i baca na Ukea, pa beži izvodeći tobi pa chi tobi.

HENKA

1. Uke izvodi isti napad. Tori se okreće suprotno od kazaljke na satu, stavlja svoju levu ruku ispod njegove i izvodi Ganseki Otoshi.
2. Uke izvodi isti napad. Tori se okreće suprotno od kazaljke na satu, i staje levim stopalom na njegovo desno. Zatim, Tori postavlja glavu ispod Ukeove ruke, na taj način da ona prođe pored desnog dela glave. Tori okreće kukove u smeru kazaljke na satu da bi zaključao polugu, a zatim primenjuje Ura Gyaku da bi izveo bacanje.
3. Uke izvodi isti napad. Tori se, gurajući se unazad, koristi nogama da bi poremetio Ukeov ritam kretanja i balans. Tori zatim iskoračuje nazad sa svojom levom nogom između njegovih, da bi izveo bacanje.

4. Atekomi Tonso no kata (bežanje uz pomoć napadanja ka napred)

Uke: Staje u Daijodan. Izvodi Tenchi kiri.

Tori: Staje u levi Doko no kamae. Dok Uke izvodi sečeje, Tori pravi iskorak desnom nogom, tako da je levo koleno na zemlji, i u isto vreme izvodi desni Boshiken u Gorin (stomak). Zatim izvodi koho tobi, razbija Metsubushi i baca na Ukea, a potom beži (kaiten pa chi tobi).

HENKA

1. Uke izvodi isti napad. U levom Ichimonji no kamae, Tori pravi iskorak i spušta se na levo koleno, udarajući Ukea u lice sa levom rukom i napadajući pleksus desnim Shikan kenom. Zatim, Tori hvata desni članak sa levom rukom, a zadnju stranu desnog kolena sa desnom

rukom, a potom ga čisti desnom nogom tako da padne na lice. Na kraju izvodi napad i polugu na istoj nozi.

2. Uke izvodi isti napad. Tori izvodi udarac desnom rukom u genitalije i u isto vreme napada glavom solarni pleksus.
3. Uke izvodi isti napad. Tori se spušta levim kolenom na Ukeovo desno stopalo, a zatim izvodi šut u genitalije sa desnom nogom.

5. Kote Uchi Tonso no kata (bežanje uz pomoć napada rukom)

Uke: Staje u Daijodan. Izvodi Tenchi kiri.

Tori: Staje u levi Doko no kamae. Pravi iskorak levom nogom u levo, i izvodi desni Shuto u desni zglob Ukea. Tori se zatim spušta na levo koleno i izvodi Boshiken u rebra Ukea sa desne strane. Baca Metsubushi i beži, izvodeći kaiten u levo pa chi tobi.

HENKA

1. Uke izvodi isti napad. Iz levog Ichimonji no kamae, Tori iskoračuje napred i levo sa desnom nogom, napadajući Ukeov desni zglob sa desnom rukom. Nastavljajući kretanje suprotno od kazaljke na satu, Tori postavlja levu nogu između Ukeovih nogu tako da napada genitalije sa butinom.
2. Uke izvodi isti napad. Iz levoi Ichimonji no kamae, Tori iskoračuje napred i levo sa desnom nogom, napadajući Ukeov desni zglob sa desnom rukom, Hvatajući rukav kod desnog lakta Ukea sa desnom rukom, Tori iskoračuje nazad i desno sa levom nogom, spuštajući se na koleno i izvodeći bacanje. (prilikom okretanja tela suprotno od kazaljke na satu, Tori izvodi udarac desnim laktom u grudni koš Ukea)

NAPOMENA: Desna noga se može iskoristiti da bi počistio Ukeovu zadnju nogu.

3. Uke izvodi isti napad. Iz levog Ichimonji no kamae, Tori iskoračuje unutra sa desnom nogom i napada desni zglob sa desnom rukom. Tori zatim iskoračuje unutra sa levom nogom i prelazi levom rukom preko Ukeovog lica (kyo - jitsu) i hvata levu kragnu da bi izveo Hon jime. Zatim izvodi šut sa levom nogom spolja u Ukeovu desnu i povlači ga ka sebi da bi izveo bacanje, odnosno čišćenje na leđa. Tori zatim uzima ukeov mač i izvodi Tenchi kiri.

6. MIgi Uchi Tonso no kata (bežanje uz pomoć desnog napada)

Uke: Staje u Seigan no kamae, Izvodi Tsuki.

Tori: Staje u levi Happo Gakure no kamae (leva noga napred). Prilikom napada, iskoračuje sa desnom nogom napred desno. Levom rukom hvata Tsuku, desnom izvodi Shuto u levu nadlakticu. Tori zatim iskoračuje nazad uzimajući mač, baca Metsubushi i beži.

HENKA

1. Uke izvodi isti napad. Iz levog Ichimonji no kamae, Tori iskoračuje napred desno sa desnom nogom, hvatajući levi zglob sa levom rukom. Desnu ruku Tori provlači ispod obe Ukeove ruke i hvata Tsuku. Zatim, povlačeći desnu ruku na dole, Tori u isto vreme podiže levu ruku na gore, oduzimajući mač Ukeu, ali ne ispuštajući njegov levi zglob. Tori završava napadajući zadnji deo vrata sa mačem.
2. Ista tehnika kao prošla, ali umesto sečenja zadnjeg dela vrata, Tori iskoračuje napred sa desnom nogom, napadajući Ukeova rebra sa dnom Tsuke, pa izvodi Ganseki nage preko desne noge.
3. Ista tehnika kao prva henka, ali umesto sečenja, Tori koristi oštricu mača da zadavi Ukea.

7. Sayu Kumogakure no kata (princip skrivanja u oblaku levo - desno)

Uke: Dva napadača u Daijodan no kamae.

Tori: Levp stopalo je napred, a u rukama je sakriven Metsubushi. Tori baca Metsubushi i iskoračuje napred u prostor između dva napadača, spuštajući se na koleno. Zatim izvodi Boshiken u rebra napadača i kotrlja se ka napred.

NAPOMENA: U ovoj tehnici Tori baca zaslepljujući prah, ali to nije sve. Odmah posle bacanja praha, izvesti još jedan udarac u njihove oči da bi ih potpuno uništio. Zatim se izvodi Boshiken (ili Shikan ken) i kotrljanje ka napred.

8. Kosei Kirigakure no kata (princip napadačkog skrivanja u magli)

Više napadača se približavaju sa mačevima iznad glave ili u Chudan no kamae. Tori se postavlja u poziciju Tonso no kamae. Zatim, okrećući se nasumice ka svakom Ukeu, Tori baca Metsubushi u svim pravcima da napravi dimnu zavesu. Tori zatim baca šurikene na sve napadače i koristi njihovu zbunjenost da pobegne.

9. Happo Kirigakure no kata (nestajanje u magli u svim pravcima) Dok je okružen napadačima, Tori baca šurikene ka napred, a zatim Metsubushi ka nazad. skrivajući se u nastaloj magli (dimu), Tori se spušta na koleno i baca šurikene u svim pravcima, a zatim koristi ukemi da bi pobegao.

YOKO ARUKI

Togakure Ryu ima specifičan način hodanja, koji se koristi za savlađivanje dugačkih i uskih prolaza. Jedna noga se ukršta sa drugom, dok su ruke raširene napred i nazad radi održavanja balansa. Zatim druga noga prelazi napred na isti način, ukrštajući se sa prvom. Ruke se skupljaju i prekrštaju ispred tela. proces se ponavlja.

TAIJUTSU UKEMIGATA

Ukemi Gata u Togakure Ryuu se ne uči kao padanje kao u džudou, već se uči kao tehnika borbe, Shiken Gata. Njena svrha je da zaštiti od napada koji protivnik koristi.

Tehnike se rade sa upotrebom Šuko kandži. Ovo je specijalnost Togakure Ryua. Sastoje se od dva metalna obruča spojena trakom ili kožom. Jedan obruč se navlači na šaku i na sebi ima četiri kandže. Drugi obruč se navlači na zglob. Tokom time one su obmotavane sa tkaninom ili platnom, delom zbog kamuflaže a delom zato da se nebi smrzavale i lepile za ruke od hladnoće. Koriste se za penjanje na drveće, naopad na vitalne tačke napadača i u odbrani od mača.

1. **Kaeshidori** (napad sa pervrtanjem)

Uke: Staje u Daijodan no kamae. Izvodi Tenchi kiri.

Tori: Staje u levi Ichimonji no kamae. Kotrlja se ka napred i izvodi šut sa obe noge u pleksus. Zatim izvodi još jedan šut sa levom ili desnom nogom. Prevrće se nazad, koristeći šut da bi se vratio u Ichimonji no kamae.

2. **Ken Nagare** (tok pesnice)

Uke: Isti napad.

Tori: Staje u levi Ichimonji no kamae. Izvodi udarac na dole sa pesnicom, napadajući mesto gde se noga spaja sa kukom, istovremeno se spuštajući na levo koleno. Otkotrljava se levo i nazad u klečeći Ichimonji sa desnom rukom ispred.

3. **Ichi no kamae**

Uke je u Daijodan no kamae. Tori je u Ichimonji no kamae. (Ichimonji no kamae se razlikuje u ovoj školi od drugih po tome što su zglobovi zakrenuti ka telu kako bi se skrile Šuko kandže od napadača.) Ako Uke napada sa Tenchi Giri, iskoračiti napred sa desnom nogom i napasti njegov levi zglob sa levom rukom (šuko), a desnom rukom napasti lice (šuko). Vežbati obe strane i takođe vežbati kada Uke izvodi levi i desni Do kiri.

Upotrebom ovog kamaea se mogu koristiti i Bo šurikeni, koji su skriveni u Šuko kandžama. Oni se bacaju tako što se pravi iskorak ka napred, izvodeći zajedno Omote i Ura Shuto.

4. **Itto Dori** (uzimanje mača)

Uke: Izvodi isti napad.

Tori: Iskoračuje ka napred sa levom nogom i hvata oštricu mača sa levom rukom. Postavlja desnu na leđa oštrice i zaključava mače, okrećući obe ruke u suprotnom pravcu. Zatim pomera mač u

levo pa u desno i izvodi šut u genitalije. Završava tako što povlači desnu nogu unazad i oduzima Ukeu mač.

5. **Yoko Geri** (šut u stranu)

Uke: Staje u Seigan no kamae. Izvodi Tsuki.

Tori: Staje u Hira no kamae. Iskoračuje unapred levo sa levom nogom. Sa desnom nogom izvodi šut u desnu ruku Ukea sa donje strane (odozdo na gore). U trenutku kada spušta desnu nogu na zemlju, Tori izvodi desni Shako ken u lice Ukea (šuko).

6. **Itto Giri** (Sečenje jednim zamahom)

Uke: Staje u Daijodan no kamae. Izvodi Tenchi kiri.

Tori: Staje u levi Ichimonji no kamae. Iskoračuje ka napred sa levom nogom, napadajući desnu ruku sa desnim šukom, tako što je odvaja od mača na više, režući vene. Zatim Tori prihvata mač sa levom pa desnom rukom i završava sa Yoko Giri u Ukeov Do, sa leve strane na desnu.

SHINOBI GAESHI GATA (shinobi principi kontra-napada)

Ove tehnike se koriste u situaciji kada je Tori otkriven od strane Ukea.

1. **Shigaeshi** ("ležanje na vrhu" kontra)

Tori leži skriven na vrhu zida. Uke ga pronalazi. Tori baca šurikene na Ukea i skače sa unutrašnje strane zida.

2. **Shigedori** ("ležanje na vrhu" hvatanje)

Tori leži skriven na vrhu zida. Uke prolazi pored njega. U tom trenutku, Tori izvodi šut u Ukeovo lice i skače sa unutrašnje strane zida.

3. **Yokonagare** (padanje sa strane)

Jedan Uke je naoružan kopljem i nalazi se ispred Torija. Drugi Uke ima mač i nalazi se iza Torija. Tori baca Metsubushi na Ukea sa kopljem i izvodi Yoko nagare. Zatim baca Metsubushi na Ukea sa mačem.

4. **Ushironagare** (padanje u nazad)

Tri Ukea naoružana kopljem se nalaze ispred Torija i spremaju se da napadnu. U trenutku kada treba da napadnu, Tori raspršuje Metsubushi ispred sva tri Ukea, izvodi Ushironagare i izbegava (beži).

HIDEN GATA (principi tajnog učenja)

1. **Chugaeshi** (prednje kotrljanje)
Uke: Prilazi sa leđa, šunjajući se u Hasso no kamae.
Tori: Kada oseti Ukea, izvodi kaiten ka napred.
2. **Yokogaeshi** (kotrljanje u stranu)
Sve isto kao u prethodnoj tehnici ali Tori izvodi kaiten u stranu.
3. **Tobigaeshi** (živahno kotrljanje)
Sve kao u prethodnoj tehnici. Tori izvodi kaiten ka napred, a zatim izvodi Tobi.
4. **Kirigaeshi** (zamena sečenja)
Tri ukea se približavaju sa prednje strane, naoružani mačevima. Tori vrši pritisak ka napred izvođeći sečenje ka sva tri Ukea. U kretanju se koristi kyojutsu.

BIKENJUTSU

TAITO (nošenje mača)

1. Mač se drži vertikalno sa krajem Saje koja dodiruje zemlju. Desna ruka drži cuku.
2. Za pojasom na desnom kuku.
3. Za pojasom na levom kuku.
4. Na sredini iza leđa
5. Dijagonalno preko leđa sa cukom iznad levog ramena.

Kata te Nuki (izvlačenje jednom rukom)

Uke: Staje u Daijodan no kamae. Izvodi Do kiri kada Tori iskorači napred sa levom nogom.

Tori: Stoji u Seigan no kamae držeći mač samo jednom rukom, na kraju sečiva se nalazi zapaljena bala sena. Iskoračuje ka napred. Kada uke izvede sečenje po senu, Tori ga pušta da padne na zemlju samača i izvodi horizontalno sečenje ispod Ukeovih ruku dok prolazi pored njega.

(Iz Jodan no kamae, Uke izvodi Yoko (Do) giri sa leva na desno sekući balu sa senom. Po padu bale sa mača, Tori izvodi isto sečenje odnosno seče Ukea po stomaku sa leva na desno - Yoko do giri.)

Koi Kuchi kiri (otključavanje mača)

Kada ljudi otključavaju mač, oni obično stave ruku preko mača da bi ga otključali. Na ovaj način protivnik će znati kada želite da izvučete mač. Zbog ovoga nindže su koristile razne načine da bi prikriili trenutak kada otključavaju mač i žele da izvrše izvlačenje.

1. Pretvarajući se da saju samo pridržavate, iskoristite kažiprst za otključavanje mača.
2. Koristite palac da otključate mač tako da protivnik to ne vidi.
3. Držite saju čvrsto sa telom da bi izvukli mač.
4. Pomerajući telo prihvatite saju zadnjom rukom tako da protivnik to ne vidi. Zatim povucite i izvucite mač.

Iai Ma Ai (sečenje sa izvlačenjem i pravljenje distance)

Sa obzirom da je Shinobi Ken bio manje veličine to je omogućilo brže izvlačenje mača, što je značilo veliku prednost u borbi. Iako je Uke počeo prvi izvlačenje mača, Tori će pre izvršiti sečenje.

KENJUTSU KAMAE

(stavovi sa mačem)

Ichi no kamae (pozicija broja jedan)

Uke: Staje u Daijodan no kamae. Izvodi Jodan kiri.

Tori: Odbija mač u stranu i postavlja oštricu preko Ukeovih zglobova. Pušta mač sa levom rukom i provlači mač ispod Ukeovih ruku prihvatajući vrh oštrice. Okreće se suprotno od kazaljke na satu do onog trenutka kada vrh mača pritiska donji deo stomaka Ukea. Tori zatim koristi telo i noge da izvede ubod. Završava tako što se povlači nazad, izvlačeći oštricu i usput sekući zglobove Ukea.

Seigan no kamae (pozicija istinitog oka)

Uke: Staje u Daijodan. Izvodi Jodan kiri.

Tori: Iskoračuje ka napred sa levom nogom i podiže mač na gore da blokira naprad (tsuba bi trebalo da se nalazi iznad vaše glave a oštrica bi trebao da bude oborena na dole u desno). Odmah posle bloka Tori postavlja Tsuku sa desnom rukom sa unutrašnje strane zglobova Ukea (preko) dok sa levom hvata Tsuku odozdo (ispod ruke) i steže uz pomoć desnog lakta i tela. Vršiti pritisak na zglobove da bi Uke popustio хват a potom postavlja oštricu mača na desnu stranu vrata Ukea zadržavajući хват sa levom rukom. Izvodi sečenje sa desnom rukom i istovremeno se povlači u levu stranu.

Chudan no kamae (srednja pozicija)

Uke: Staje u Chudan no kamae. Izvodi Yoko kiri sa leva na desno, istovremeno iz stava.

Tori: Iz Chudan no kamae iskoračuje u levo sa levom nogom postavljajući mač samo sa desnom rukom vertikalno sa oštricom okrenutom na dole i istovremeno izvodi kontrolu desne ruke Ukea svojim desnim laktom. Sa levom rukom spolja hvata desnu ruku Ukea na pregibu sa unutrašnje strane sa ciljem da je savije a potom postavlja mač na desnu stranu vrata Ukea i izvodi sečenje.

Gedan no kamae (donja pozicija)

Uke: Staje u Daijodan no kamae. Izvodi Jodan kiri.

Tori: Koristi Tsubu da prihvati mač (dok iskoračuje ka napred sa desnom nogom). Izvodi desni keru u levi lakat. U trenutku kada spušta nogu dijagonalno i napred u desno, završava sa horizontalnim sečenjem (yoko do giri sa leva na desno).

Tosui no kamae (pozicija vode koja udara u greben)

Uke: Staje u Daijodan no kamae. Izvodi Jodan kiri.

Tori: Iskoračuje napred sa desnom nogom i podiže mač kako bi uhvatio (parirao) Ukeu, postavljajući ga sa svoje leve, a Ukeove desne strane mača. Pošto je blokirao sečenje Ukea, Tori izvodi rotiranje Ukeovog mača sa svojim mačem i kretanjem u pravcu kazaljke na satu (pun krug), i izbija ga na gore, a potom izvodi Hasso kesa giri (sa desna na levo), sekući ga dijagonalno preko trupa.

Hasso no kamae (pozicija osam utvara/prividenja)

Uke: Izvodi isti napad.

Tori: Iskoračuje dijagonalno napred u levo sa levom nogom, izbijajući lagano oštricu u stranu sa svojom. Zatim pravi korak ka napred sa levom nogom, prislanjajući mač uz Ukeove ruke i odguruje Ukea ka nazad. U isto vreme povlači oštricu na dole da bi izveo sečenje.

Kasumi no kamae (pozicija magle)

Uke: Staje u Seigan no kamae. Izvodi Tsuki i završava u klečećoj poziciji sa levim kolonom na zemlji.

Tori: Iz Kasumi no kamae posle iskoraka u desno, blokira i izbija mač Ukea, udarajući ga sa desna na levo (iz Kasumi no kamae), a potom izvodi sečenje preko vrata ili trupa sa leva na desno (yoko giri).

Totoku Hyoshi no kamae (pozicija skrivajućeg mača- katapulta)

Tori je u Gedan Totoku Hyoshi no kamae, a uke ga gađa sa senban šurikenima. Vežbati isto iz Chudan i Jodan pozicije.

HAPPO BIKEN

(tajna osam pravaca mača)

1. **Hiryu no Ken** (leteći mač zmaja)

Iz Ichi no kamae rotirajte oštricu jednom u pravcu kazaljke na satu. Kod druge rotacije iskoračite ka napred sa levom nogom (u trenutku kada se rotacija završava). Zatim iskoračite napred sa desnom nogom i rotirajte sečivo po treći put, sve dok ne bude položeno pored vaše leve noge. Zatim izvodite gyaku kesa giri sa leva na desno, dok iskoračujete napred sa levom nogom.

2. **Kasumi no Ken** (mač magle)

Ichi no kamae. Iskoračujete napred sa levom nogom, izvodeći horizontalno sečenje sa leva na desno. Rotirajte mač u jednom smeru kazaljke na satu pa vratite levu nogu nazad, postavljajući mač u Hassou no kamae, sa leve strane. Ovo ponovite dva puta. Pri zadnje ponavljanju izvedite kesa giri (iz levog Hasso no kamae) iskoračujući nazad sa desnom

nogom i prebacite se u Kocho no kamae. Zatim izvedite Tsuki dok iskoračujete ka napred sa desnom nogom. Tri puta se ponavlja rotacija pa po povratku u levi Hasso no kamae izvodimo Kesa giri uz istovremeno povlačenje u Kocho no kamae, iz kog kasnije produžavamo istovremeno u Tsuki uz iskorak desne noge.

3. **Muso no Ken no kamae Ura Nami** (pozicija mača bez misli u uvali mora/talasa)

Gedan no kamae. Podignite mač tako kao da izvodite Tsuki u oči Torija. Iskoračite ka napred sa levom nogom i uz spuštanje na desno koleno izvedite horizontalno sečenje sa leva na desno. Takođe je moguće spuštanje na levo koleno pa horizontalno sečenje.

4. **Dato no Ken** (napadanje i obrušavanje mača)

Gedan no kamae. Iskoračite ka napred dijagonalno u levo, podižući mač tako da blokirate njegovu oštricu, koristeći Tsubu da uhvatite mač. Gurnite laktovima njegove ruke ka gore, dok iskoračujete ka napred sa desnom nogom. Ovo će otvoriti Ukeovu levu stranu pa izvedite horizontalno sečenje preko njegovog vrata dok iskoračujete ka napred sa levom nogom. Takođe je moguće sečenje po trupu.

5. **Issen Ken** (Jedan bljesak mača)

Seigan no kamae. Tori izvodi Tsuki, a Uke blokira. Tori zatim odbija njegovu oštricu u stranu i izvodi sečenje preko Ukeovih zglobova, dok iskoračuje ka napred sa levom nogom.

6. **Raikou no Ken** (gromoviti mač)

Hasso no kamae. Izvodite kesa giri dok iskoračujete ka nazad sa levom nogom, pa istovremeno Yoko giri sa leva na desno uz iskorak sa levom nogom unapred. Zatim izvodite vezano Jodan kiri, Kesa giri sa leva na desno (odozdo na gore).

Vežbati primenu na 6 napadača koji vas napadaju jedan za drugim sa prednje strane (svako sečenje na drugom Ukeu).

7. **Itto Nage** (bacanje mača)

Iz Batto no kamae izvedite horizontalno izvlačenje, savijte laktove da bi prebacili mač na levu stranu i zatim ispravite laktove da bi bacili mač kao šuriken.

8. **Ittogiri** (sečenje mača)

1.

Uke: Daijodan no kamae. Tenchi giri.

Tori: Staje u Seigan no kamae sa Daito. Iskoračuje sa desnom nogom malo ka napred, a potom sa levom u stranu uz istovremeno spuštanje na levo koleno i horizontalno sečenje sa jednom (desnom) rukom preko donjeg dela stomaka (Yoko giri).

2.

Uke: Hasso no Kamae. Kese Giri.

Tori: Staje u Seigan no kamae i izvodi Tsuki u grudnu kost. Dok iskoračuje ka napred u levo sa levom nogom, izvodi gyaku kesa giri sa desna na levo (odozdo na gore), a potom izlazi iza Ukea i seče ga dijagonalno odozgo sa leva na desno preko leđa/tetiva uz korišćenje samo desne ruke.

3.

Uke: Staje u Ihen no kamae sa kopljem i izvodi Tsuki.

Tori: Staje u Seigan no kamae. Iskoračuje spolja u levo sa levom nogom i izvodi sečenje po zglobovima. Iskoračuje ka napred sa desnom nogom, pritiskajući oštricu uz Ukeovo grlo. Tori završava tako što gurne Ukea sa oštricom i izvodi desni Sokuyaku ken u Gorin.

9. **Kirikaeshi** (zamena sečenja)

Tri Ukea se približavaju sa prednje strane, naoružani mačevima. Tori vrši pritisak ka napred izvodeći sečenje ka sva tri Ukea. U kretanju se koristi kyojutsu.

10. **Sutemi**

11. **Metsubushi**

1.

Uke: Jedan Uke staje ispred Torija u Daijodan no kamae, a drugi staje iza u Seigan no kamae.

Prvi Uke izvodi Jodan kiri, a drugi staje u Daijodan no kamae.

Tori: Leva noga je napred. Tori drži saju u levoj ruci, a mač u desnoj, sa varijacijom Daijodan no kamae (mač stoji pored glave). Kada Uke napada, Tori iskoračuje ka napred sa desnom nogom i sa desnom rukom i mačem blokira odnosno prihvata mač Ukea. Istovremeno se okreće ka Ukeu iza njega i baca Metsubishi iz saje sa levom rukom, pa istovremeno menja kamae, odnosno povlači desnu nogu nazad i baca Metsubishi na prednjeg Ukea. Iskoračuje desnom nogom i izvodi Yoko do giri sa leva na desno.

2.

Uke: Staje u Batto no kamae. Izvodi horizontalno izvlačenje (kao kad seče) i staje u Daijodan pa izvodi Jodan kiri.

Tori: Staje u Batto no kamae sa Metsubushijem u desnoj ruci. Iskoračuje ka napred sa desnom nogom dok izvlači mač sa levom rukom i blokira napad (Tsuka je gore, mač je u dijagonalnom položaju). Sa desnom rukom baca Metsubishi ka očima i izvodi Yoko do giri sa leva na desno preko vrata Ukea. Otresa mač vraća ga u korice.

3.

Uke: Staje u Gedan no kamae i izvodi Tsuki.

Tori: Staje u Daijodan no kamae. Metsubushi je u desnoj ruci. Kada Uke napada Tori iskoračuje ka napred sa desnom nogom bacajući Metsubushi u lice i zatim izvodi horizontalno sečenje jednom rukom preko vrata dok hoda ka napred. Otrasa mač i vraća ga u korice

12. **Ninja Iai**

13. **Te no Uchi**

14. **Kage no Itto** (mač senka)

Ova tehnika se koristila kada je postojala neka prepreka za izvlačenje mača ili je trebalo izvući mač iz protivnikove senke.

1. Batto no kamae.

2. Iskoračite levo u nazad sa levom nogom i gurnite tsuku mača sa levom rukom u levo.

3. Gurnite mač u desno iza svojih leđa

4. Desna ruka hvata tsuku i okreće sečivo dok izvodite izvlačenje preko leđa.

15. **Sageogata Sono Ichi**

16. **Sageogata Sono Ni**

17. **Tainari Itto**

ŠURIKENI

Tehnika bacanja Sen ban šurikena

Sen ban šuriken potiče iz škole Tokagure ryu

Bacanje izvodimo kao kada radimo udarac Ura shuto, tako što prebacujemo ravnotežu napred, držeći leđa pravo i ramena u liniji.

Kada bacamo šurikan kao da pokazujemo metu rukom i ispružamo ruku.

Koristimo palac da bi smo uhvatili šuriken iz leve šake.

Kada se šurikeni bacaju na daljinu onda ih bacamo vertikalno iz stava Doko no kamae.

Oni se koriste za odvlačenje pažnje od napada i izbegavanju borbe, a ne za ubijanje prilikom pogađanja protivnika.

Izbegavanje šurikena:

Stanemo u hoko no kamae i izbegavamo šurikene udarajući ih otvorenom šakom na dole.