

# IAIDO katák 7 közös eleme

## 1 Koiguchi no kiri kata

“a ponty szájának elvágása”  
szabaddá teszem a kardot a sima és gyors kihúzáshoz

## 2 Nukitsuke

“kihúzás és irányítás”  
a vágást az ellenfél reakcióját váltja ki..  
a saya visszahúzása a kard előre húzása közben  
a saya forgatása a vágás szögéhez  
a kard markolata a tenyerünkbe kerül és stabil fogás alakul ki (Tenouchi)

## 3 Furi Kaburi

“feszültség a gyilkos vágás előtt”  
állandó nyomás és kontroll a támadóra  
a “gyilkos vágás” előtti mozdulat

## 4 Kiri Oroshi

“nagy vágás / gyilkos vágás”  
a nagy vágás ellenére kerüljük az egyensúlyvesztést

## 5 Chiburi

“a vér lecsapása “  
szimbolikus mozdulat, a penge megtisztítása a vértől

## 6 Noto

a kard visszakerül a saya-ba (tokjába)

## 7 Zanshin

mentális fókusz  
az első mozdulattól a kata befejezéséig tart