

CUADERNO DE KATAS
KODOKAN
GOSHIN-JUTSU-NO-KATA

(FORMAS DE AUTODEFENSA DEL KODOKAN)



JUAN GUERVÓS CAÑAVERAS
E. NACIONAL DE JUDO N° 846
E. NACIONAL DE JIU-JITSU N° 156
E. NACIONAL DE DEFENSA PERSONAL N° 22

NOTAS

PUNTO VITAL AL QUE ATACA UKE
 PARTE CON LA QUE GOLPEA UKE
 PUNTO VITAL AL QUE ATACA TORI
 PARTE CON LA QUE GOLPEA TORI

UKE, TORI→Al centro
 5 **USHIRO - ERI - DORI**.....UDE - GATAME
 (Agarrar la solapa posterior)
KOBUSHI - ATE (GYAKU - ZUKI) **MANO DERECHA**
SUIGETSU **SOLAPA TRASERA**

Al centro ←TORI, UKE
 6 **UDE-HISIHIGUI-TE-GATAME** **USHIRO - JIME**
 (Estrangular por detrás)
DOS MANOS
JIME

UKE, TORI→Al centro
 7 **KAKE - DORI**UDE - KIME - NAGE
 (Apresar y agarrar por detrás)
KAGATO - ATE (KAKATO -GERI) **DOS BRAZOS**
KORI **AL TRONCO**

DEFENSA A DISTANCIA

TORI→Al centro ←UKE
 8 **NANAME - UCHI**MIGI - O - SOTO - OTOSHI
 (Golpe en diagonal)
KOBUSHI - ATE (AGE-TSUKI), KOKO - UCHI **UZAMAKI (TETTSUI)**
KACHIKAKE, HICHU **KASUMI**

UKE→Al centro ←TORI
 9 **UDE - KIME - NAGE**..... **AGO - TSUKI**
 (Golpe en la mandíbula)
KOBUSHI - ATE (AGE - TSUKI)
KACHIKAKE

NOTAS

PUNTO VITAL AL QUE ATACA UKE
 PARTE CON LA QUE GOLPEA UKE
 PUNTO VITAL AL QUE ATACA TORI
 PARTE CON LA QUE GOLPEA TORI

- 10 TORI→Al centro←UKE
GANMEN - TSUKI.....*MIGI - HADAKA - JIME*
 (Golpear a la cara)
KOBUSHI-ATE (MIGI-MAE-TSUKI) *KOBUSHI-ATE (HIDARI-MAE-TSUKI)*
GETSUEI **JINCHU**
- 11 UKE→Al centro←TORI
KATA - ASHI - DORI..... **MAE - GERI**
 (Patada al frente)
SEKITO (MAE - GERI)
TSURIGANE
- 12 TORI→Al centro←UKE
YOKO - GERI..... *USHIRO - KIRI - OTOSHI*
 (Patada al costado)
SOKUTO (YOKO - GERI)
DENKO

BUKI - NO - BU (PARTE CON ARMAS)

DEFENSA CONTRA CUCHILLO

- 1 TORI→Al centro←UKE
TSUKAKE *UDE - HISHIGUI - TE - GATAME*
 (Acción de traspasar)
MANO **DESENFUNDA TANTO**
CARA

NOTAS

PUNTO VITAL AL QUE ATACA UKE
 PARTE CON LA QUE GOLPEA UKE
 PUNTO VITAL AL QUE ATACA TORI
 PARTE CON LA QUE GOLPEA TORI

- 2 UKE→Al centro←TORI
 HIDARI - WAKI - GATAME **CHOKU - ZUKI**
 (Apuñalar directamente)
 TANTO KOBUSHI - ATE (AGE - TSUKI)
 MYOJO KACHIKAKE
- 3 TORI→Al centro←UKE
 NANAME - TSUKI (KOTE - GAESHI) TE - GATAME
 (Apuñalar en diagonal)
 TANTO
 SAKOTSU

DEFENSA CONTRA BASTON

- 1 TORI→Al centro←UKE
 FURI - AGUE MIGI - O - SOTO - GARI
 (Tremolar hacia arriba)
 TEISHO (TEISHO - UCHI) BO
 KACHIKAKE TENDO
- 2 UKE→Al centro←TORI
 IRIMI - NAGE FURI - OROSHI
 (Tremolar hacia abajo)
 BO URAKEN, TE - GATANA
 KASUMI JINCHU, UTO

NOTAS

PUNTO VITAL AL QUE ATACA UKE
 PARTE CON LA QUE GOLPEA UKE
 PUNTO VITAL AL QUE ATACA TORI
 PARTE CON LA QUE GOLPEA TORI

3 TORI→Al centro←UKE
MOROTE - ZUKI *UDE - KIME - NAGE*
 (Traspasar con las manos)

BO
 SUIGETSU

DEFENSA CONTRA PISTOLA

1 TORI→Al centro 1m←UKE
SHOMEN - ZUKI*GOLPE EN LA NUCA*
 (Apuntar al frente)

PISTOLA PISTOLA
 KEICHU MYOJO

2 UKE→Al centro 2 m←TORI
GOLPE EN LA CARA **KOSHI - GAMAE**
 (Arma en la cadera)

PISTOLA PISTOLA
 MYOJO CARA

3 UKE, TORI→Al centro
HAIMEN - ZUKE*KOTE - GAESHI*
 (Apuntar por la espalda)

PISTOLA
 ESPALDA