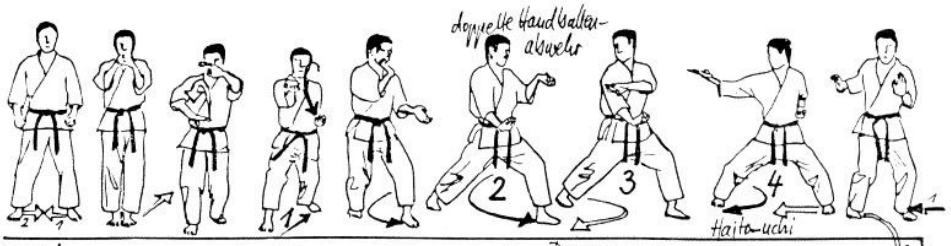
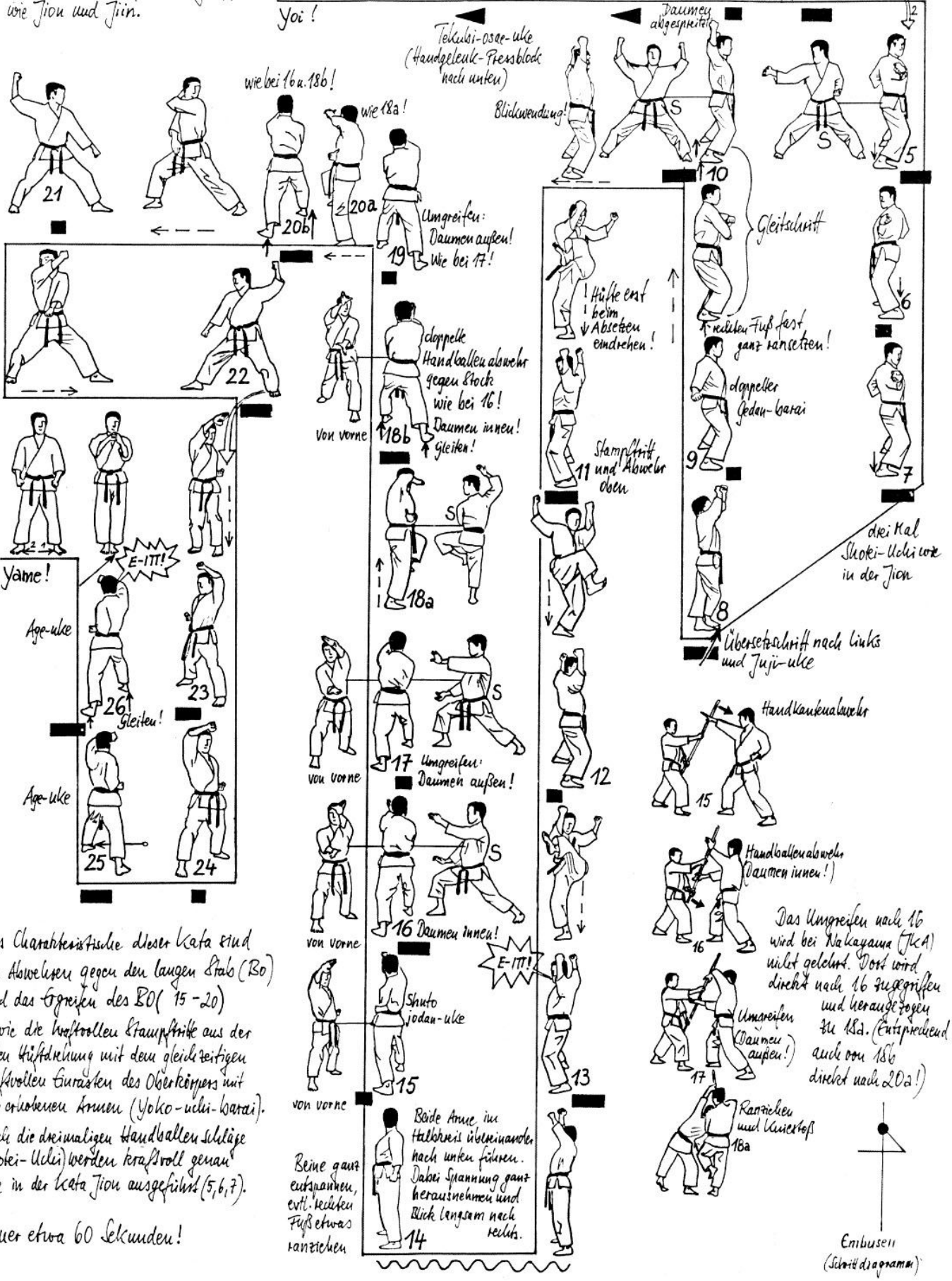
Jitte

©by A. Plüger

Jitte gehört zu der gleichen Gruppe wie Jion und Jiin.





Das Charakteristische dieser Kata sind die Abwehren gegen den langen Stab (Bo) und das Ergreifen des Bo (15 - 20) sowie die kraftvollen Stampftritte aus der vollen Hüftdrehung mit dem gleichzeitigen kraftvollen Eintasten des Oberkörpers mit den erhobenen Armen (Yoko-uchi-barai). Auch die dreimaligen Handballen Schläge (Shoki-Uchi) werden kraftvoll genau wie in der Kata Jion ausgeführt (5, 6, 7).

Dauer etwa 60 Sekunden!