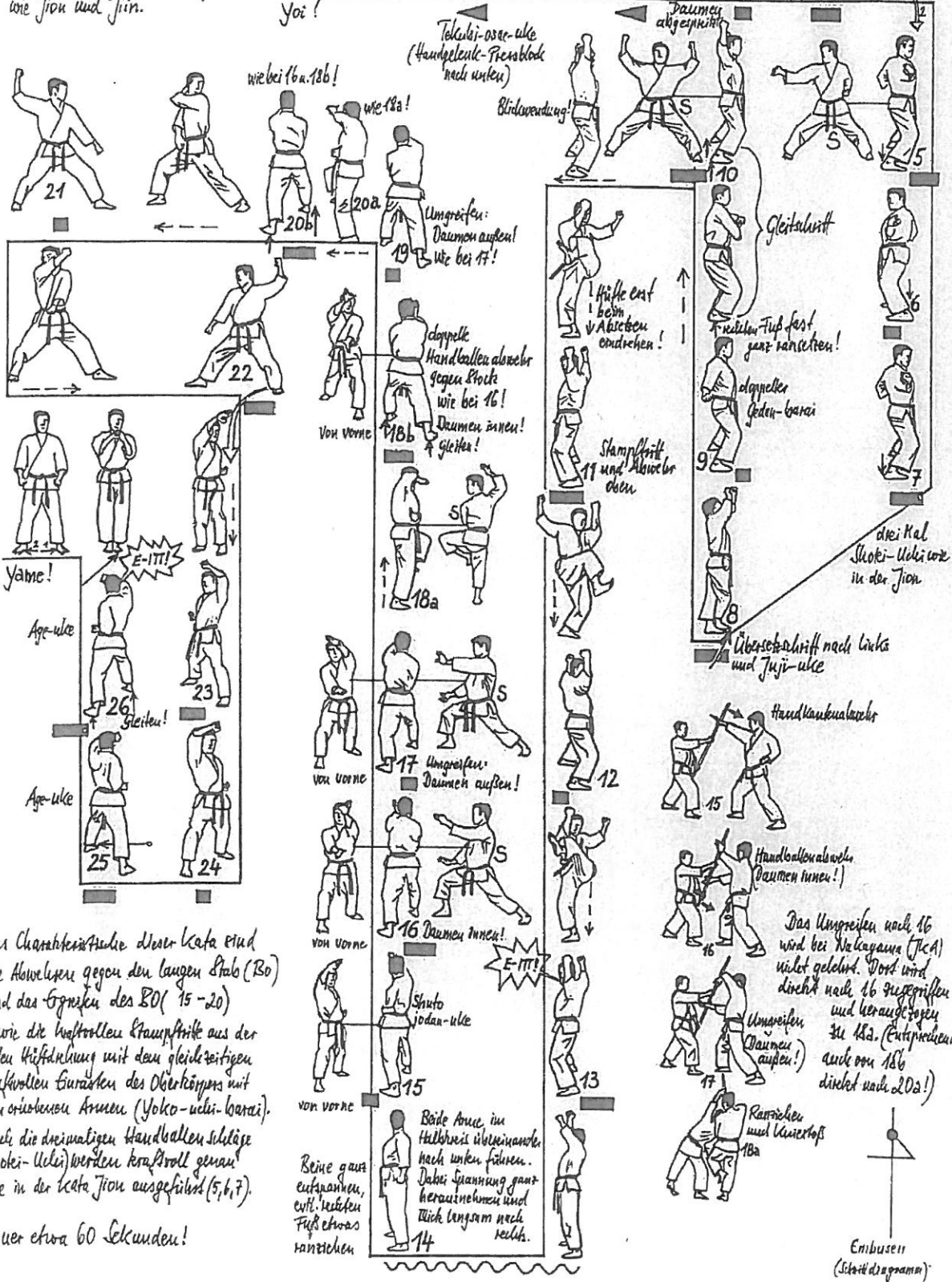


Jitte

© by A. Blücher

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 Kampfschritte aus der vollen Hüftanklung mit dem gleichzeitigen kraftvollen Einrücken des Oberkörpers mit dem ersten Arm (Yoko-uchi-barai). Auch die dreimaligen Handballen Schläge (Shuki-Uchi) werden kraftvoll genau wie in der Kata Jion ausgeführt (5, 6, 7).

Dauer etwa 60 Sekunden!