

Kata.

En principio es interesante intercalar una serie de conceptos generados por el propio Maestro Kanazawa con relación a este tema:

La Enseñanza de Kata (Shihan H. Kanazawa).

Kata es una parte característica de las Artes Marciales de Japón y las formas están basadas en las experiencias reales de los viejos maestros de Karate durante la batalla. Están por lo tanto, basados en la realidad. La practica de Kata no tiene que estar limitada al cuerpo sino que tiene que también ejercitar el intelecto y espíritu. Cada Kata tiene que comenzar y finalizar con cortesía, mostrada por una reverencia. Un Kata no es una acumulación de técnicas básicas sino una toda forma que desde el comienzo al fin tiene que estar desempeñado en una corriente, pero de modo activo y enérgico como si fuera una entidad viviente, no sólo una serie de movimientos. No tiene el Kata que ser alterado de acuerdo a la preferencia del ejecutor. Los tres puntos importantes: ajuste de poder, duro y suave, la lentitud o la velocidad de técnicas, y el movimiento y dilatación del cuerpo, tiene que estar aclarado en la ejecución. Los movimientos de Kata tienen que estar desempeñados en la secuencia correcta. Los movimientos del Kata y la respiración del ejecutor tiene que relacionarse, y las secuencias rápidas de técnicas tienen que estar ejecutadas en un aliento. La cantidad de pasos y movimientos de mano en un Kata tienen que ser uniformes, y el tiempo requerido ideal para el desempeño de cada Kata tiene que estar entendido. La dirección en las que los ojos miran tiene que corresponder con los movimientos del Kata, y la intención del ejecutor tiene que estar clara en sus movimientos.

1.- Categorías De Kata

Existen tres categorías de katas

Los katas de combate (Rintô-gata), son los que se pueden desarrollar para Bunkai para el combate.

Los kata de aprendizaje (Hyôen-gata) sirven principalmente para el aprendizaje de kihon, el

desplazamiento, la potencia, la velocidad, etc., ejemplo, Heian.

Los kata energéticos (Rentan-gata).sirven para el desarrollo de la energía. Su práctica y una forma especial de respiración producen una recuperación de la energía interna, ejemplos de estos kata son Tensho, Sanchin y Hangetsu (Shotokan).

2.- Criterios De Evaluacion Para Los Katas

H. KANAZAWA especifica los diez elementos en kata 1968 [basic karate katas] de la siguiente manera:

YOI NO KISIN: Preparar la mente. La concentración de nuestra voluntad y nuestra mente contra el atacante constituye un requisito para los movimientos correctos del Kata

INYO: Activo y Pasivo. Siempre has de ser consciente del ataque y de la defensa.

CHIKERANO KYOJAKU: La forma de aplicar la fuerza. La cantidad de fuerza que se requiere en cada movimiento y posición.

WAZA NO KANKYU: La velocidad del movimiento [lenta - rápida].

TAI NO SHINSHUKU: La cantidad de tensión o distensión en cada movimiento y posición del kata.

KOKYU: Respiración correspondiente a posturas y movimientos en el kata.

TAKUGAN: Los puntos de ataque. Debemos saber cuando y donde se aplica una defensa o ataque [significado de las técnicas].

KIAI: El grito de la lucha en momentos exactamente determinados del kata para técnicas decisivas [suele efectuarse al medio o al final del kata].

KEITAI NO HOJI: Posiciones en movimiento y posturas correctas de acuerdo con el esquema de desplazamiento.

ZANSHIN: *Estar despejado, dispuesto a luchar.*

3.- *Significados de los Kata.*

HEIAN SIGNIFICA PAZ Y TRANQUILIDADHEIAN SHODAN: *1er Nivel.*

HEIAN NIDAN: *2do Nivel.*

HEIAN SANDAN: *3er Nivel.*

HEIAN JONDAN: *4to Nivel.*

HEIAN GODAN: *5to Nivel.*

TEKKI SIGNIFICA JINETE DE HIERRO.

TEKKI SHODAN: *1er Nivel.*

TEKKI NIDAN: *2do Nivel.*

TEKKI SANDAN: *3er Nivel.*

BASAI DAI: *Destrozar una Fortaleza grande*

BASAI SHO: *Destrozar una Fortaleza menor.*

KANKUDAI: *Mirada al cielo grande.*

KANKU SHO: *Mirada al cielo menor.*

HANGETSU: *Media Luna.*

EMPI: *Vuelo de la Golondrina.*

GANKAKU: *Grulla sobre la roca.*

JITTE [JUTTE]: *Diez manos.*

JION: *Del Templo Jion.*

JIN: *Suelo del Templo.*

CHINTE: *Manos extrañas.*

MEIKYO: *Espejo claro.*

NIJUSHIHO: *24 Pasos.*

SOCHIN: *Inmóvil ante el peligro.*

WANKAN: *Corona del Rey.*

UNSU: *Manos en las nubes.*

GOJUSHIHO DAI: *54 Pasos grandes.*

GOJUSHIHO SHO: *54 Pasos pequeños*



空手道

KYU	KATA
9º - Celeste	Heian Shodan
8º - Amarillo	Heian Shodan
7º - Naranja	Heian Nidan
6º - Verde	Heian Sandan
5º - Azul	Heian Yondan
4º - Violeta	Heian Godan
3º - Marrón	Tekki Shodan
2º y 1º - Marrones	Bassai Dai Kanku Dai, Jion, Enpi

DANES				
SHODAN	NIDAN	SANDAN	YONDAN	GODAN
Bassai Dai Kanku Dai Enpi Jion Jitte	Hangetsu Tekki Nidan Bassai Sho Gankaku Kanku Sho	Sochin Tekki Sandan Chinte Ji'in Nijushiho	Meikyo Unsu Wankan	Meikyo Unsu Wankan Gojushiho Dai Gojushiho Sho

Katas incluidos por Kancho Kanazawa (no son katas originales de Shotokan)

Gankaku-Sho, Seienchin, Seipai