

# Kumitachi 1- 5 svärd mot svärd övning

Uke attackerar

Tori / nage försvarar sig från attacken och gör självförsvarstekniken

Start är i vanligt chudan kamae, där samma fot och samma hand är framme hos både tori och uke. Höger arm höger ben med svärdet pekandes mot partners bröst, svärddropparna är cirka 5-10 cm från varandra.

- Gedan kamae, låg gardställning
- Chudan kamae, mittengardställning
- Jodan kamae, hög gardställning
- Ushiro tsuri ashi, gå bakom med glidande steg. Alltså fötterna passerar inte varandra utan är kvar i samma ordning.
- Centrum linje är den osynliga linje som när angrepp börjar finns mellan uke och toris centrum. Kumitachi övningar skall ha en rytm som möjliggör att tori väntar in och gör försvar från ukes attack.

Den som försvarar startar övningar genom att göra en öppning som provocerar fram attacken.

<b>Kumitachi #1 basic version</b>	
<b>Försvararen / Tori</b>	<b>Attackeraren / uke</b>
Tori öppnar med att lyfta svärdet från chudan mot jodan no kamae	Går fram och vänsterut med vänster fot och angriper med skärstick mot toris armhållor
Går bakot med ushiro tsuri ashi stänger snabbt öppningen tillbaka till chudan no kamae ställning	Samlar ihop höger till vänster fot och hög jodan kamae block position med svärdeggen uppåt och svärdstoppen mot tori. Armbågarna pekar neråt, avspänt i handlederna.
	Fram på vänster sida av centrumlinjen med vänster fot och angrip med kirikaeshi sned hug mot toris nacke.
Går tillbaka med högre fot passerar vänster fot och blockerar. Hitoemi position för att kontrollera centrumlinjen, avstånd till uke är sådan att tsuki är möjlig.	Fram och över centrumlinjen med högerfot och angrip med kirikaeshi sned hug mot toris nacke.
Går tillbaka med vänster fot, lyft svärdet och gör en rak hug för att avsluta övningen. Kontrollera centrumlinjen. (Hitoemi position)	

# Kumitachi 1- 5 svärd mot svärd övning

<b>Kumitachi #2 basic version</b>	
<b>Försvararen / Tori</b>	<b>Attackeraren / uke</b>
Tori öppnar med att lyfta svärdet till Jodan no Kamae	Angrip med tsuri ashi steg och kort sned hug mot toris högra knä
En kort ushiro tsuri ashi och block. En kort rak hug mot ukes framsträckta högra handled.	Flytta på handleden för att undvika hugget, gå fram och över linjen med vänster fot och angrip tori med chudan tsuki
Steg bakåt med höger fot och block. Hitoemi position för att kontrollera linjen. Mawae avstånd så att tsuki är möjlig.	Fram och över linjen med höger fot och angrip tori med kirikaeshi och hug mot toris nacke
Steg tillbaka med vänster fot och block. Hitoemi position för att kontrollera linjen. Angrep uke med maki otoshi tsuki (glida in, luta och stick)	Undvik maki otoshi med att droppa svärdet, fram och över linjen med vänstra foten och angrip tori med chudan tsuki
Steg bakåt med högre fot och block. Hitoemi position för att kontrollera linjen. Mawae avstånd så att tsuki är möjlig.	Fram och över linjen med höger fot och angrip tori med kirikaeshi och sned hug mot toris nacke
Steg tillbaka med vänster fot, lyft svärd och utför rak hug för att avsluta övningen. Hitoemi position för att kontrollera linjen.	

<b>Kumitachi #3 basic version</b>	
<b>Försvararen / Tori</b>	<b>Attackeraren / uke</b>
Provocera uke genom att angripa med maki otoshi tsuki, glid in, luta och stick.	Fram och över linjen med vänster fot och angrip med kirikaeshi och sned hug mot toris nacke
Ta steg tillbaka med höger fot och blocka. Hitoemi position för att kontrollera linjen. Mawae avstånd så att tsuki är möjlig.	Fram och över linjen med höger fot och angrip med kirikaeshi och sned hug mot toris nacke
Steg tillbaka med vänster fot, lyft svärd och utför rak hug för att avsluta övningen. Hitoemi position för att kontrollera linjen.	

# Kumitachi 1- 5 svärd mot svärd övning

<b>Kumitachi #4 basic version</b>	
<b>Försvararen / Tori</b>	<b>Attackeraren / uke</b>
Tori provocerar attack med chudan tsuki	Samtidig möte med chudan tsuki
När svärden möts angriper med maki otoshi tsuki , glid in, luta och stick.	Undvik maki otoshi med att droppa ner svärdet, byt till vänster ställning hidari hanmi lite vänster ut från linjen och angrip med chudan tsuki. (Använd höften till att vända).
Tar steg tillbaka med höger fot och blockar. Hitoemi position för att kontrollera linjen. Mawae avstånd så att tsuki är möjlig.	Fram och över linjen med höger fot och angrip med kirikaeshi och hug mot toris nacke.
Går tillbaka med vänster fot, lyft svärdet och gör en rak hug för att avsluta övningen. Kontrollera centrumlinjen. (Hitoemi position)	

<b>Kumitachi #5 basic version</b>	
<b>Försvararen / Tori</b>	<b>Attackeraren / uke</b>
Öppna med att flyta svärdspetsen lätt till höger	Angrip med tsugi ashi men uchi på linjen
Markera en jodan tsuki som distraktion, gå fram och över linjen med vänster fot och angrip med kirikaeshi och sned hug mot ukes nacke	Steg tillbaka med höger fot och blocka
Ta tillbaka kontrollen med linjen med en solid hitoemi position. Mawae avstånd så att tsuki är möjlig.	Fram och över linjen med höger fot och angrip med kirikaeshi och sned hug mot toris nacke
Steg tillbaka med vänster fot och blocka. Tsugi ashi in till tsubazeriai (tsuba fight, parerplåt mot parerplåt)	Fram med vänster fot gör irimi tenkan och bakifrån hug gedan mot toris vänstra fot
Gå fram med vänster fot och gör irimi tenkan och blocka	Fram och över linjen med höger fot och angrip med kirikaeshi och sned hug mot toris nacke
Steg tillbaka med vänster fot, lyft svärdet och utför rak hug för att avsluta övningen. Hitoemi position för att kontrollera linjen.	