

TAIKI-SONO-SAN (8 comptes, 106 mouvements)

Préparation : IBUKI-SONO-ICHI.

1^{ère} PARTIE (3 comptes, 36 mouvements)

1^{er} compte

- 1- la tête tourne de 1/8 de tour vers la droite.
- ↗ 2- déplacement de 1/8 de tour vers la droite pour se placer en MIGI-ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI, MIGI-CHUDAN-UCHI-KEITO-UKE.
- ↗ 3- HIDARI-CHUDAN-MAE-KOKEN-KEKOMI.
- ↗ 4- MIGI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↗ 5- MIGI-GEDAN-MAE-ASHIKUBI-GERI-KEAGE en revenant en MIGI-ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI.
- ↗ 6- HIDARI-CHUDAN-MAE-TATE-NUKITE-KEKOMI en déposant en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI.
- 7- la tête tourne de ¼ de tour vers la gauche.
- ↖ 8- déplacement de ¼ de tour vers la gauche en USHIRO-ASHI pour se placer en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI, HIDARI-CHUDAN-UCHI-KEITO-UKE.
- ↖ 9- HIDARI-CHUDAN-BARAI-SHOTEI-UKE.
- ↖ 10- MIGI-CHUDAN-MAE-TATE-SEIRYUTO-KEKOMI.
- 11- la tête tourne de ¼ de tour vers la droite.
- ↗ 12- déplacement de ¼ de tour vers la droite en USHIRO-ASHI pour se placer en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI, MIGI-CHUDAN-UCHI-KEITO-UKE.
- ↗ 13- MIGI-OTOSHI-SHOTEI-UKE.
- ↗ 14- HIDARI-CHUDAN-MAE-SHOTEI-KEKOMI.
- ↗ 15- MIGI-GEDAN-MAE-ASHIKUBI-TOBI-GERI-KEAGE en HASAMI avec KIAI en restant avec la jambe allongée en MIGI-KO-SEIKEN-GAMAE, le pied droit revient, en prenant une inspiration, pour revenir en MIGI-ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI, le pied droit descend au sol tout en

faisant une expiration et en baissant la garde pour déposer en HEIZOKU-DACHI dans un angle de 1/8 de tour vers la gauche.

2^e compte

- 1- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- 2- la tête tourne de $\frac{3}{8}$ tour vers la droite.
- ↗ 3- MIGI-GEDAN-MAE-ASHIKUBI-GERI-KEAGE en ramenant le pied droit pour revenir en MIGI-ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI.
- ↗ 4- MIGI-JODAN-MAE-KOSHI-GERI-KEAGE dans la même direction que le regard.
- ↑ 5- la jambe qui vient de frapper croise derrière la jambe d'appui pour déposer en HIDARI-USHIRO-KAKE-DACHI en tournant la tête de $\frac{3}{8}$ tour vers la gauche.
- ↙ 6- HIDARI-CHUDAN-YOKO-KAKATO-GERI-KEAGE en déposant en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI.
- ← 7- MIGI-ASHIKUBI-NAGASHI.
- ← 8- la tête tourne de $\frac{1}{8}$ de tour vers la droite en regardant vers le sol, le pied droit dépose au sol pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI.
- ← 9- le pied gauche recule d'un pas, MIGI-USHIRO-OTOSHI-KAKATO-GERI-FUMIKOMI avec KIAI long en HIDARI-KO-SEIKEN-GAMAE.

3^e compte

- 1- la tête tourne de $\frac{1}{2}$ tour vers la gauche.
- 2- MIGI-GEDAN-MAE-ASHIKUBI-GERI-KEAGE pour ensuite pivoter de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche pour revenir en MIGI-ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI.
- 3- MIGI-JODAN-YOKO-KAKATO-GERI-KEAGE dans la même direction
- 4- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI en déposant en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI.
- 5- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- ↑ 6- déplacement de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche pour se placer en KIBA-DACHI avec HIDARI-CHUDAN-UCHI-KEITO-UKE.

- ↑ 7- MIGI-CHUDAN-MAE-SHOTEI-KEKOMI avec KIAI.
- 8- la tête tourne lentement de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- 9- la tête tourne lentement de $\frac{1}{2}$ tour vers la droite.
- 10- la tête tourne lentement de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- ↑ 11- IBUKI-SONO-ICHI.
- ↑ 12- le pied gauche et le pied droit reviennent pour se placer en HEISOKU-DACHI en ramenant les poings fermés de chaque côté du corps.

2^e PARTIE (3 comptes, 41 mouvements)

4^e compte

- ↑ 1- le pied gauche recule pour se placer en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI, MIGI-CHUDAN-UCHI-SEIRYUTO-UKE.
- ↑ 2- MIGI-JODAN-UCHI-KEITO-UKE.
- ↑ 3- MIGI-OTOSHI-SHOTEI-UKE.
- ↑ 4- HIDARI-CHUDAN-MAE-TATE-NUKITE-KEKOMI.
- ↑ 5- MIGI-JODAN-MAE-URA-NUKITE-KEKOMI.
- ↑ 6- HIDARI-CHUDAN-MAE-SHOTEI-KEKOMI avec KIAI.
- ↑ 7- MIGI-CHUDAN-MAE-KOSHI-TOBI-GERI-KEAGE en HASAMI, pour revenir en MIGI-KOSHI-TSURU-ASHI-DACHI.
- ↑ 8- MIGI-CHUDAN-USHIRO-KAKATO-GERI-KEKOMI, pour revenir en MIGI-KOSHI-TSURU-ASHI-DACHI
- ↑ 9- HIDARI-CHUDAN-MAE-KOSHI-TOBI-GERI-KEAGE en HASAMI, sans déposer le pied gauche.
- 10- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- ← 11- MIGI-GEDAN-MAE-ASHIKUBI-TOBI-GERI-KEAGE dans la direction du regard pour ensuite pivoter de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche pour revenir en MIGI-ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI.

- ← 12- MIGI-JODAN-MAWASHI-ASHIKUBI-GERI-KEAGE dans la même direction.
- ← 13- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI en déposant en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI.
- ← 14- MIGI-JODAN-MAE-URA-ZUKI-KEKOMI avec KIAI.

5^e compte

- 1- la tête tourne de 1/8 de tour vers la droite.
- ↙ 2- déplacement en USHIRO-ASHI pour se placer en MIGI-USHIRO-KAKE-DACHI, MIGI-CHUDAN-UCHI-SEIRYUTO-UKE.
- ↙ 3- MIGI-CHUDAN-USHIRO-KAKATO-GERI-KEAGE dans la direction du regard pour revenir en HIDARI-MAE-KAKE-DACHI.
- ↙ 4- déplacement de $\frac{3}{4}$ de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI avec MIGI-CHUDAN-SOTO-SHOTEI-UKE.
- ↙ 5- HIDARI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↙ 6- MIGI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- 7- la tête tourne de 3/8 de tour vers la droite.
- 8- déplacement en USHIRO-ROPPO pour se placer en MIGI-USHIRO-KAKE-DACHI, MIGI-JODAN-UCHI-KEITO-UKE.
- 9- MIGI-JODAN-YOKO-KAKATO-GERI-KEAGE.
- 10- le pied droit revient pour se placer en HIDARI-USHIRO-KAKE-DACHI, en tournant la tête de $\frac{1}{2}$ tour vers la gauche.
- ← 11- HIDARI-CHUDAN-USHIRO-MAWASHI-ASHIKUBI-GERI-KEAGE.
- ← 12- déplacement de $\frac{1}{2}$ tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI, MIGI-CHUDAN-MAE-TATE-SEIRYUTO-KEKOMI avec KIAI.

6^e compte

- 1- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite.

- 2- déplacement en SURIKONDE vers l'arrière MIGI-CHUDAN-USHIRO-KAKATO-GERI-KEKOMI.
- ← 3- MIGI-CHUDAN-MAE-KAKATO-GERI-KEKOMI pour revenir en HIDARI-MAE-KAKE-DACHI.
- ← 4- déplacement de 7/8 de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI.
- 5- la tête tourne de 1/8 de tour vers la gauche.
- ← 6- MIGI-JODAN-MAE-KOSHI-TOBI-GERI-KEAGE en USHIRO-ASHI, dans la direction du regard pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI.
- ← 7- déplacement un pas vers l'avant en USHIRO-ASHI pour placer le pied droit dans un angle de 90° vers la droite.
- ← 8- HIDARI-CHUDAN-YOKO-KAKATO-TOBI-GERI-KEAGE en USHIRO-ASHI avec KIAI pour revenir ¼ de tour vers la droite en KIBA-DACHI.
- ↑ 9- MIGI-CHUDAN-MAE-SEIRYUTO-KEKOMI.
- ↑ 10- HIDARI-CHUDAN-MAE-SEIRYUTO-KEKOMI.
- ↑ 11- MIGI-JODAN-MAE-URA-NUKITE-KEKOMI avec KIAI.
- 12- la tête tourne lentement de ¼ de tour vers la gauche.
- 13- la tête tourne lentement de ½ tour vers la droite.
- 14- la tête tourne lentement de ¼ de tour vers la gauche.
- ↑ 15- IBUKI-SONO-NI.

3° PARTIE (2 comptes, 29 mouvements)

7^e compte

- 1- la tête tourne de 1/4 de tour vers la droite
- 2- déplacement de 1/4 de tour vers la droite en USHIRO-ASHI pour se placer en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI, MIGI-CHUDAN-UCHI-SEIRYUTO-UKE.
- 3- MIGI-JODAN-MAE-URA-NUKITE-KEKOMI.

- 4- HIDARI-JODAN-UCHI-KEITO-UKE.
- 5- HIDARI-CHUDAN-BARAI-SHOTEI-UKE.
- 6- MIGI-CHUDAN-MAE-TATE-SEIRYUTO-KEKOMI avec KIAI.
- 7- MIGI-JODAN-MAE-KOSHI-TOBI-GERI-KEAGE en HASAMI pour déposer en MIGI-KOSHI-TSURU-ASHI-DACHI.
- 8- HIDARI-JODAN-MAE-KOSHI-TOBI-GERI-KEAGE pour déposer en HIDARI-KOSHI-TSURU-ASHI-DACHI.
- 9- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- ↑ 10- HIDARI-JODAN-YOKO-KAKATO-GERI-KEAGE.
- ↑ 11- MIGI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI, en déposant en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI
- ↑ 12- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↑ 13- MIGI-JODAN-MAE-SHOTEI-KEKOMI avec KIAI.

8^e compte

- ↑ 1- MIGI-CHUDAN-MAE-KOSHI-GERI-KEKOMI avec KIAI long en laissant le pied droit tendu vers l'avant.
- ↑ 2- le pied droit revient pour se placer en MIGI-KOSHI-TSURU-ASHI-DACHI et en même temps la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite.
- 3- MIGI-KIBA-DACHI en déposant le pied droit au sol, MIGI-JODAN-UCHI-KEITO-UKE.
- 4- MIGI-GEDAN-BARAI-SHOTEI-UKE.
- 5- déplacement en USHIRO-ROPPO pour se placer en MIGI-USHIRO-KAKE-DACHI, MIGI-JODAN-YOKO-TATE-ZUKI-KEKOMI
- 6- MIGI-JODAN-USHIRO-YOKO-KAKATO-GERI-KEAGE en revenant en MIGI-KAKATO-TSURU-ASHI-DACHI.
- 7- MIGI-JODAN-USHIRO-KAKATO-GERI-KEKOMI.
- ← 8- déplacement vers l'avant en lançant la jambe droite vers l'avant pour se placer en MIGI-USHIRO-KAKE-DACHI, MIGI-CHUDAN-UCHI-KEITO-UKE.

- ← 9- MIGI-JODAN-MAE-AGE-KOKEN-KEKOMI.
- ← 10- MIGI-CHUDAN-MAE-OTOSHI-TATE-SEIRYUTO-KEKOMI.
- ← 11- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI.
- 12- tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite.
- ↑ 13- déplacement de $\frac{3}{4}$ de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI.
- ↑ 14- MIGI-JODAN-MAE-KOSHI-TOBI-GERI-KEAGE
- ↑ 15- MIGI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI, en déposant en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI
- ↑ 16- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI.

Finale : au commandement YAME, l'élève tourne la tête de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche, la tête tourne de $\frac{1}{2}$ tour vers la droite, la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche, ensuite, il ramène le pied gauche pour revenir en HEISOKU-DACHI, IBUKI-SONO-SAN, IBUKI-SONO-ICHI.