

TAIKI-SONO-SHI (6 comptes, 120 mouvements)

Préparation : IBUKI-SONO-ICHI.

1^{ère} PARTIE (2comptes, 40 mouvements)

1^{er} compte

- 1- la tête tourne de 1/8 de tour vers la gauche.
- ↖ 2- déplacement de 1/8 de tour vers l'arrière pour se placer en HIDARI-KO-KUTSU-DACHI, HIDARI-CHUDAN-UCHI-GAI-WAN-UKE.
- ↖ 3- MIGI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↖ 4- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↖ 5- MIGI-JODAN-YOKO-KAKATO-GERI-KEAGE en déplaçant de ½ tour vers la gauche pour déposer en HIDARI-KO-KUTSU-DACHI.
- ↘ 6- HIDARI-CHUDAN-UCHI-GAI-WAN-UKE.
- ↘ 7- MIGI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↘ 8- HIDARI-CHUDAN-MAE-SOTO-KEITO-KEKOMI.
- ↘ 9- MIGI-CHUDAN-MAE-SOTO-KEITO-KEKOMI.
- ↘ 10- MIGI-ENSHO-NAGASHI en KAITEN.
- ↖ 11- en déposant un ½ tour vers la droite en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI, HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, MIGI-YOKO-ATAMA-SEIKEN-GAMAE avec KIAI.
- ↖ 12- MIGI-CHUDAN-MAE-SOTO-TETTSUI-KEKOMI.
- ↖ 13- le pied droit recule pour se placer en HEISOKU-DACHI et, en même temps, la tête tourne de ¼ de tour vers la droite.
- ↘ 14- MIGI-CHUDAN-USHIRO-UCHI-TETTSUI-KEKOMI.
- ↘ 15- MIGI-JODAN-USHIRO-KAKATO-GERI-KEAGE.
- ↖ 16- déplacement vers l'avant en lançant la jambe droite vers l'avant pour se placer en MIGI-USHIRO-KAKE-DACHI, HIDARI-CHUDAN-SOTO-SHOTEI-UKE et, en même temps, MIGI-YOKO-ATAMA-TE-GAMAE.

- ↖ 17- MIGI-CHUDAN-MAE-SOTO-SEIRYUTO-KEKOMI.
- ↖ 18- HIDARI-CHUDAN-MAE-SOTO-KEITO-KEKOMI.
- ↖ 19- MIGI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↖ 20- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI.

2^e compte

- 1- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- ↘ 2- déplacement de $\frac{1}{2}$ tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI, MIGI-CHUDAN-SOTO-GAI-WAN-UKE et, en même temps, HIDARI-YOKO-ATAMA-SEIKEN-GAMAE.
- ↘ 3- HIDARI-CHUDAN-SOTO-GAI-WAN-UKE et, en même temps, HIDARI-YOKO-ATAMA-SEIKEN-GAMAE.
- ↘ 4- MIGI-CHUDAN-MAE-URA-AGE-ZUKI-KEKOMI.
- ↘ 5- déplacement vers l'avant pour se placer en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI, HIDARI-GEDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↘ 6- MIGI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↘ 7- HIDARI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI.
- 8- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- ↑ 9- déplacement de $\frac{3}{8}$ de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI, MIGI-CHUDAN-SOTO-GAI-WAN-UKE.
- ↑ 10- MIGI-GEDAN-BARAI-SHOTEI-UKE.
- ↑ 11- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↑ 12- déplacement en USHIRO-ASHI pour se placer en HIDARI-MAE-KAKE-DACHI, MIGI-CHUDAN-MAE-MAWASHI-ZUKI-KEKOMI.
- ↑ 13- déplacement vers la gauche en KAITEN pour se placer en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI, HIDARI-JODAN-UCHI-SEIRYUTO-UKE.
- ↑ 14- MIGI-CHUDAN-MAE-SOTO-KEITO-KEKOMI.

- ↑ 15- MIGI-JODAN-USHIRO-KAKATO-GERI-KEAGE en ICHI-HANBUN-KAITEN pour déposer en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI.
- ↑ 16- HIDARI-IBUKI-SONO-SHI en tournant la tête de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- ↑ 17- déplacement de $\frac{1}{2}$ tour vers la gauche en USHIRO-ASHI pour déposer en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI, MIGI-CHUDAN-SOTO-GAI-WAN-UKE.
- ↑ 18- HIDARI-CHUDAN-UCHI-GAI-WAN-UKE.
- ↑ 19- MIGI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- ↑ 20- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI.

2^e PARTIE (2 comptes, 40 mouvements)

3^e compte

- ↙ 1- Le pied droit revient vers l'avant pour déposer en HEISOKU-DACHI et en même temps la tête tourne de $\frac{1}{8}$ de tour vers la gauche en faisant MIGI-MORO-TE-DO-GAMAE avec phase d'inspiration, le pied gauche se déplace dans la direction du regard pour déposer en HIDARI-NEKO-ASHI-DACHI en HIDARI-KO-TE-GAMAE avec phase d'expiration.
- ↙ 2- MIGI-JODAN-UCHI-GAI-WAN-UKE.
- ↙ 3- HIDARI-JODAN-AGE-GAI-WAN-UKE.
- ↙ 4- HIDARI-CHUDAN-BARAI-SHOTEI-UKE et, en même temps, MIGI-JODAN-MAE-URA-ZUKI-KEKOMI.
- ↙ 5- HIDARI-JODAN-UCHI-SEIRYUTO-UKE et, en même temps, MIGI-YOKO-ATAMA-SEIKEN-GAMAE.
- ↙ 6- MIGI-JODAN-MAE-SOTO-TETTSUI-KEKOMI.
- ↙ 7- HIDARI-JODAN-UCHI-KEITO-UKE et, en même temps, MIGI-YOKO-ATAMA-TE-GAMAE.
- ↙ 8- MIGI-JODAN-MAE-SOTO-SHUTO-KEKOMI et, en même temps, HIDARI-CHUDAN-BARAI-SHOTEI-UKE.
- ↙ 9- HIDARI-JODAN-MAE-URA-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, MIGI-YOKO-ATAMA-SEIKEN-GAMAE.

- ↙ 10- MIGI-JODAN-MAE-AGE-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, HIDARI-YOKO-ATAMA-SEIKEN-GAMAE.
- ↙ 11- MIGI-CHUDAN-URA-MAWASHI-ENSHO-GERI-KEAGE en KAITEN avec KIAI en continuant le déplacement de ½ tour vers la droite pour se placer MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI.
- ↘ 12- HIDARI-IBUKI-SONO-SHI en tournant la tête de ¼ de tour vers la gauche.
- ↑ 13- déplacement de 3/8 de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-NEKO-ASHI-DACHI, HIDARI-JODAN-UCHI-KEITO-UKE et, en même temps, MIGI-CHUDAN-BARAI-SHOTEI-UKE.
- ↑ 14- HIDARI-OTOSHI-SHOTEI-UKE et, en même temps, MIGI-JODAN-MAE-TATE-ZUKI-KEKOMI.
- ↑ 15- HIDARI-JODAN-MAE-UCHI-URAKEN-KEAGE et, en même temps, MIGI-GYAKU-YOKO-WAKIBARA-TE-GAMAE.
- ↑ 16- HIDARI-JODAN-MAE-MAWASHI-ASHIKUBI-GERI-KEAGE et sans déposer le pied gauche.
- ↑ 17- HIDARI-CHUDAN-MAE-URA-MIKAZUKI-ENSHO-GERI-KEAGE pour déposer ¼ de tour vers la gauche en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI.
- ← 18- MIGI-CHUDAN-MAE-MIKAZUKI-KAKATO-GERI-KEAGE pour déposer ¼ de tour vers la gauche en HEIKO-DACHI.
- ↓ 19- HIDARI-CHUDAN-MAE-URA-MIKAZUKI-ENSHO-GERI-KEAGE en KAITEN
- ↑ 20- MIGI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI long, en déposant ½ tour vers la droite en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI.

4^e compte

- ↗ 1- Le pied droit revient vers l'avant pour se placer en HEISOKU-DACHI et, en même temps, la tête tourne de 1/8 de tour vers la droite en faisant HIDARI-MORO-TE-DO-GAMAE avec phase d'inspiration, le pied droit se déplace dans la direction du regard pour se placer en MIGI-NEKO-ASHI-DACHI en MIGI-KO-TE-GAMAE avec phase d'expiration.
- ↗ 2- HIDARI-CHUDAN-MAE-TATE-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, MIGI-JODAN-SOTO-SHOTEI-UKE.
- ↗ 3- MIGI-JODAN-MAE-SOTO-SHUTO-KEKOMI.

- ↗ 4- MIGI-JODAN-MAE-OTOSHI-URA-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, HIDARI-GYAKU-YOKO-WAKIBARA-TE-GAMAE.
- ↗ 5- HIDARI-JODAN-MAWASHI-ASHIKUBI-GERI-KEAGE pour ensuite faire un déplacement de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite sans déposer le pied gauche.
- ↘ 6- HIDARI-JODAN-MAWASHI-ASHIKUBI-GERI-KEAGE pour ensuite faire un déplacement de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite sans déposer le pied gauche.
- ↙ 7- HIDARI-JODAN-MAWASHI-ASHIKUBI-GERI-KEAGE pour ensuite faire un déplacement de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite sans déposer le pied gauche.
- ↖ 8- HIDARI-JODAN-MAWASHI-ASHIKUBI-GERI-KEAGE pour ensuite déposer le pied gauche pour se placer en HIDARI-HEIKO-DACHI.
- ↖ 9- MIGI-CHUDAN-URA-MAWASHI-ENSHO-GERI-KEAGE pour déposer $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite en HIDARI-NEKO-ASHI-DACHI.
- ↗ 10- MIGI-CHUDAN-USHIRO-KAKATO-TOBI-GERI-KEAGE en KAITEN avec KIAI pour déposer en HIDARI-NEKO-ASHI-DACHI en HIDARI-KO-SEIKEN-GAMAE.
- ↗ 11- HIDARI-JODAN-MAE-MAWASHI-ASHIKUBI-GERI-KEAGE pour se placer en HIDARI-ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI.
- ↗ 12- MIGI-JODAN-MAE-MAWASHI-ASHIKUBI-TOBI-GERI-KEAGE pour revenir en MIGI-KAKATO-TSURU-ASHI-DACHI.
- 13- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite.
- ↘ 14- MIGI-JODAN-YOKO-KAKATO-GERI-KEAGE en TAI-SABAKI pour revenir en MIGI-KAKATO-TSURU-ASHI-DACHI.
- ↘ 15- HIDARI-JODAN-MAE-MAWASHI-ASHIKUBI-TOBI-GERI-KEAGE pour déposer en HIDARI-ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI.
- 16- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite.
- ↖ 17- déplacement de $\frac{1}{2}$ tour vers la droite, MIGI-JODAN-MAE-KOSHI-TOBI-GERI-KEAGE pour revenir en MIGI-KOSHI-TSURU-ASHI-DACHI.
- 18- la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite.
- ↗ 19- MIGI-JODAN-USHIRO-KAKATO-GERI-KEAGE en TAI-SABAKI.

- ↗ 20- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI long, en déposant en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI.

3^e PARTIE (2 comptes, 40 mouvements)

5^e compte

- 1- Le pied gauche revient vers l'avant pour se placer en HEISOKU-DACHI et, en même temps, la tête tourne de 1/4 de tour vers la gauche en faisant MIGI-MORO-SEIKEN-DO-GAMAE avec phase d'inspiration, déplacement ← de 3/8 de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-NEKO-ASHI-DACHI en HIDARI-KO-SEIKEN-GAMAE avec phase d'expiration.
- ↙ 2- le pied gauche glisse vers l'avant pour se placer en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI, MIGI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI.
- 3- la tête tourne de 1/4 de tour vers la droite.
- ↗ 4- pivot de 1/8 de tour vers la droite pour se placer en KIBA-DACHI, MIGI-GEDAN-BARAI-GAI-WAN-UKE.
- ↗ 5- pivot de 1/8 de tour vers la droite pour se placer en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI, HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, MIGI-YOKO-ATAMA-SEIKEN-GAMAE.
- 6- la tête tourne de 1/8 de tour vers la gauche.
- ↑ 7- pivot de 1/8 de tour vers la gauche pour se placer en KIBA-DACHI, MIGI-CHUDAN-SOTO-GAI-WAN-UKE.
- ↑ 8- HIDARI-JODAN-MAE-MAWASHI-ZUKI-KEKOMI.
- 9- la tête tourne de 1/4 de tour vers la gauche.
- ← 10- MIGI-JODAN-URA-MAWASHI-ENSHO-GERI-KEAGE en KAITEN.
- ↗ 11- HIDARI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI, en se plaçant 3/8 de tour vers la droite en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI.
- 12- la tête tourne de 1/4 de tour vers la gauche.
- ↙ 13- pivot de 1/8 de tour vers la gauche pour se placer en KIBA-DACHI, HIDARI-GEDAN-BARAI-GAI-WAN-UKE.

- ↙ 14- pivot de 1/8 de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI, MIGI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, HIDARI-YOKO-ATAMA-SEIKEN-GAMAE.
- 15- la tête tourne de 1/8 de tour vers la droite.
- ↑ 16- pivot de 1/8 de tour vers la droite pour se placer en KIBA-DACHI, HIDARI-CHUDAN-SOTO-GAI-WAN-UKE.
- ↑ 17- MIGI-JODAN-MAE-MAWASHI-ZUKI-KEKOMI.
- 18- la tête tourne de ¼ de tour vers la droite.
- 19- HIDARI-JODAN-URA-MAWASHI-ENSHO-GERI-KEAGE en KAITEN.
- ↙ 20- MIGI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI, en se plaçant 3/8 de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-ZEN-KUTSU-DACHI.

6^e compte

- ↙ 1- Le pied droit revient pour se placer en HEISOKU-DACHI et, en même temps, la tête tourne de 1/4 de tour vers la gauche en faisant MIGI-MORO-SEIKEN-DO-GAMAE avec phase d'inspiration, déplacement de 3/8 de tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI en HIDARI-KO-SEIKEN-GAMAE avec phase d'expiration.
- ↙ 2- HIDARI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI en TAI-SABAKI.
- ↙ 3- HIDARI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI en TAI-SABAKI et, en même temps, le poing droit revient aux côtes pour ensuite revenir en HIDARI-KO-SEIKEN-GAMAE.
- ↙ 4- MIGI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, le poing gauche revient aux côtes pour ensuite revenir en MIGI-KO-SEIKEN-GAMAE.
- ↙ 5- HIDARI-JODAN-MAE-ZUKI-KEKOMI en TAI-SABAKI et, en même temps, le poing droit revient aux côtes pour ensuite revenir en HIDARI-KO-SEIKEN-GAMAE.
- ↙ 6- MIGI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, le poing gauche revient aux côtes.
- ↙ 7- HIDARI-JODAN-MAE-MAWASHI-TATE-ZUKI-KEKOMI et, en même temps, le poing droit revient aux côtes.
- ↙ 8- MIGI-CHUDAN-MAE-TATE-ZUKI-KEKOMI sans revenir avec le poing gauche aux côtes.

- ↘ 9- HIDARI-JODAN-MAE-UCHI-URAKEN-ZUKI-KEAGE et, en même temps, le poing droit revient aux côtes.
- 10- déplacement en KAITEN pour revenir en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI, MIGI-JODAN-MAE-UCHI-URAKEN-KEAGE sans revenir avec le poing aux côtes pour ensuite revenir en HIDARI-KO-SEIKEN-GAMAE.
- 11- MIGI-JODAN-MAE-MAWASHI-ASHIKUBI-TOBI-GERI-KEAGE en USHIRO-ASHI pour déposer en MIGI-MORO-ASHI-DACHI.
- 12- HIDARI-JODAN-URA-MIKAZUKI-ENSHO-GERI-KEAGE en KAITEN pour déposer en MIGI-MORO-ASHI-DACHI.
- 13- déplacement de $\frac{1}{4}$ de tour vers la droite pour se placer en UCHI-HACHIJI-DACHI, MIGI-JODAN-URA-MAWASHI-ENSHO-GERI-KEAGE en KAITEN en continuant le déplacement de 1 tour vers la droite.
- 14- HIDARI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI en se plaçant en MIGI-ZEN-KUTSU-DACHI.
- 15- HIDARI-IBUKI-SONO-SHI avec IBUKI phase d'inspiration et, en même temps, la tête tourne de $\frac{1}{4}$ de tour vers la gauche.
- ← 16- déplacement de $\frac{1}{2}$ tour vers la gauche pour se placer en HIDARI-MORO-ASHI-DACHI, MIGI-CHUDAN-SOTO-SHOTEI-UKE.
- ← 17- HIDARI-JODAN-SOTO-SHOTEI-UKE.
- ← 18- MIGI-CHUDAN-MAE-SHOTEI-KEKOMI avec KIAI.
- ← 19- déplacement vers l'avant de trois pas, HIDARI-JODAN-YOKO-KAKATO-TOBI-GERI-KEAGE en USHIRO-ASHI pour déposer en HIDARI-NEKO-ASHI-DACHI.
- ← 20- MIGI-CHUDAN-MAE-ZUKI-KEKOMI avec KIAI long.

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