

SIGNIFICATO DEL NOME: Amore di Buddha e Riconoscenza, anticamente Suono del Tempio.

STORIA: Questo Kata si pensa sia di origine cinese. Al M° Itosu si deve la trasformazione da Tomari-Te a forma Shuri-Te, intorno al 1870. Il significato della parola Jion si fa risalire al Tempio buddista di Jion-Ji, un monastero Shaolin, ove i monaci praticavano arti marziali. Si pensa quindi che il Kata sia nato nel Tempio. A conferma di ciò la posizione di partenza del Kata uguale alla posizione di saluto dei monaci Shaolin. La sua pratica porta ad una profonda armonia tra corpo e spirito. La traduzione del nome è "scritti buddhisti", o "Amore di Budda e riconoscenza". Il nome originale Jion-Ji significava ad Okinawa "Suono del Tempio", mentre in Giappone assunse il senso di "Amore e Grazia". Questo Kata è attualmente praticato nel Karate stile Shotokan e nel Wado Ryu.

Curiosità: si dice che la corretta esecuzione di questo Kata somigli alla perfetta maturità del Buddha.



JION: il nome deriva dal Tempio Buddista Jion

Particolarità tecniche: Non si riscontrano tecniche particolarmente difficili ma eccellente per comprendere degli spostamenti, le rotazioni e i cambi di direzione.

(47 Movimenti durata 60" circa)

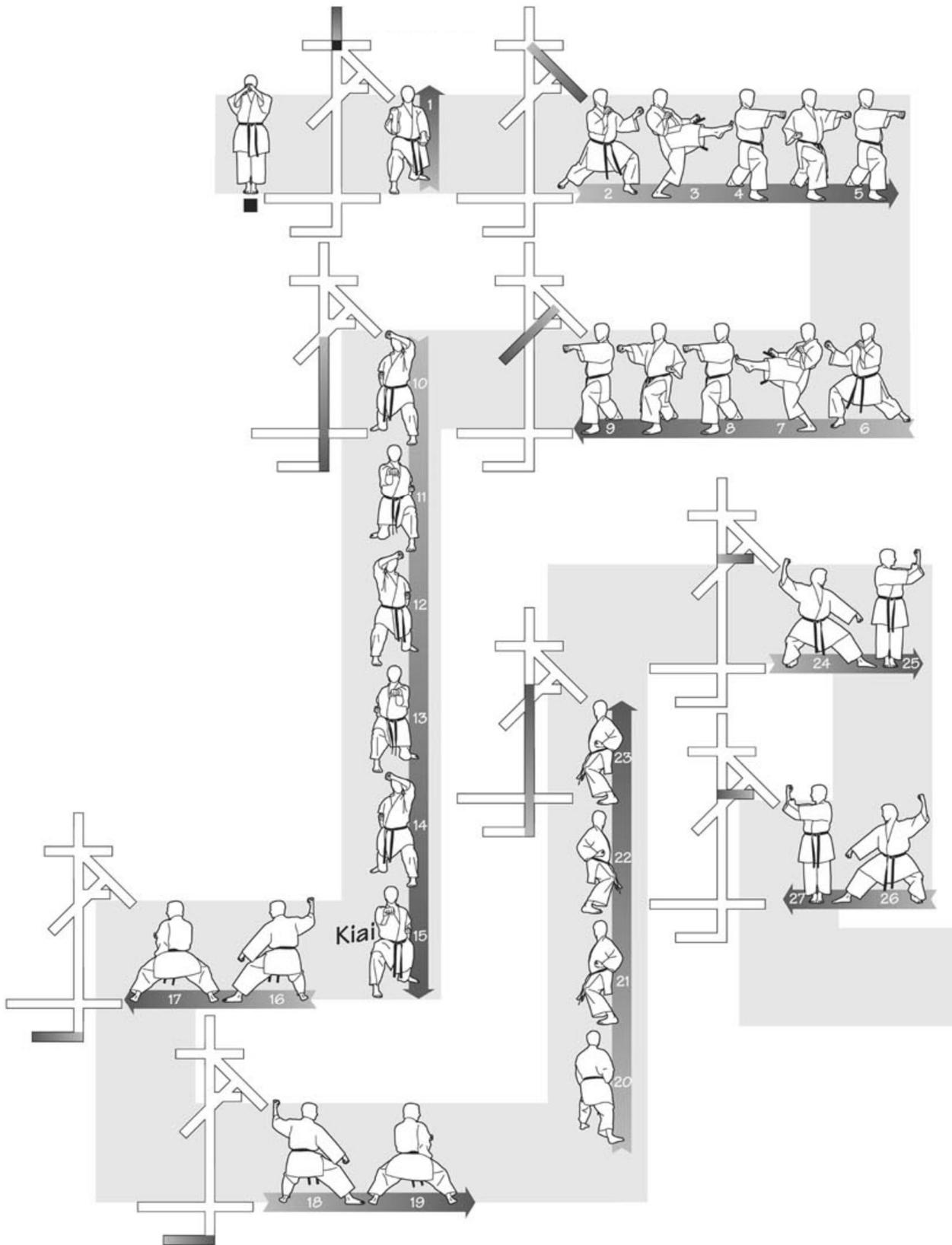
1. Riunire il piede destro Heisoku Dachi, Kamae, la mano sinistra chiude il pugno destro.
2. Richiamare il piede sinistro Zenkutsu Dachi, Uchi Uke Chudan destro, Gedan Barai sinistro.
3. Avanzare a sinistra 45° in posizione Zenkutsu Dachi, Morote Kakiwake.
4. Calciare Mae Geri destro, Zenkutsu Dachi sinistro, Tsuki Chudan destro.
5. Sul posto Gyaku Tsuki Chudan sinistro, Tsuki Chudan destro.
6. Spostare di 90° verso destra Zenkutsu Dachi destro, Morote Kakiwake.
7. Calciare Mae Geri sinistro, Zenkutsu Dachi destro, Tsuki Chudan sinistro.
8. Sul posto, Gyaku Tsuki Chudan destro, Tsuki Chudan sinistro.
9. Ruotare sul piede destro di 45° a sinistra Zenkutsu Dachi, Shuto Age Uke Jodan destro, simultaneamente Age Uke Jodan sinistro.
10. Sul posto Chudan Gyaku Tsuki destro.
11. Avanzare Zenkutsu Dachi destro, Shuto Age Uke Jodan sinistro, simultaneamente Age Uke Jodan destro.
12. Sul posto Chudan Gyaku Tsuki sinistro.
13. Avanzare Zenkutsu Dachi sinistro, Shuto Age Uke Jodan destro, simultaneamente Age Uke Jodan sinistro.
14. Avanzare Zenkutsu Dachi Chudan, Oitsuki destro (**KIAI!**).
15. Ruotare sul piede destro Kokutsu Dachi, Uchi Uke Jodan destro, Gedan Barai sinistro.
16. Passando in posizione Kiba Dachi, Kagi Tsuki Chudan.
17. Ruotando sul posto Kokutsu Dachi, Uchi Uke Jodan sinistro, Gedan Barai destro.
18. Passando in posizione Kiba Dachi, Kagi Tsuki Chudan.
19. Avanzare Zenkutsu Dachi sinistro, Gedan Barai.
20. Avanzare Kiba Dachi, Teisho Uke Chudan destro.
21. Avanzare Kiba Dachi, Teisho Uke Chudan sinistro.

I KATA DELLO STILE SHOTOKAN

22. Avanzare Kiba Dachi, Teisho Uke Chudan destro.
23. Ruotando sul piede destro in posizione Kokutsu Dachi, Uchi Uke Jodan destro, Gedan Barai sinistro.
24. Riunire salendo verso sinistra con il piede destro Heisoku Dachi, Morote Uke Jodan.
25. Avanzando con gamba destra Kokutsu Dachi, Uchi Uke Jodan sinistro, Gedan Barai destro.
26. Riunire salendo verso destra con il piede sinistro Heisoku Dachi, Morote Uke Jodan.
27. Aprire sul posto Morote Kakiwake Gedan.
28. Caricare sollevando il piede destro Hikite ai fianchi, avanzare Fumikomi Soe Ashi sinistro, Gedan Juji Uke.
29. Richiamare la gamba sinistra Zenkutsu Dachi destro, Morote Kakiwake Gedan.
30. Avanzare Zenkutsu Dachi sinistro, Morote Uchi Chudan Kakiwake.
31. Avanzare Zenkutsu Dachi destro, Juji Uke Jodan (sinistro sopra destro).
32. Sul posto Uraken Jodan destro, Kamae sinistro.
33. Sul posto Nagashi Uke Jodan destro, Gedan Barai sinistro.
34. Sul posto Ura Tsuki Jodan destro, Kamae.
35. Ruotare sul piede destro Zenkutsu Dachi sinistro, Uchi Uke Chudan sinistro.
36. Avanzare Zenkutsu Dachi destro, Oitsuki Chudan.
37. Ruotare sul piede sinistro Zenkutsu Dachi destro, Uchi Uke Chudan destro.
38. Avanzare Zenkutsu Dachi sinistro, Oitsuki Chudan.
39. Ruotare sul piede destro Zenkutsu Dachi sinistro, Gedan Barai.
40. Caricare gamba e braccio destro Fumikomi, Kiba Dachi, Otoshi Uke Chudan destro.
41. Avanzare Fumikomi, Kiba Dachi, Otoshi Uke Chudan sinistro.
42. Avanzare Fumikomi, Kiba Dachi, Otoshi Uke Chudan destro.
43. Ruotare sul piede destro Kiba Dachi, Tsukami Uke Chudan Kamae.
44. Yoriashi verso sinistro Yoko Tsuki Chudan sinistro.
45. Guardando dal lato opposto Tsukami Uke Chudan, Kamae.
46. Yoriashi a destra Yoko Tsuki Chudan destro **(KIAI!)**.
47. Riunire il piede destro Heisoku Dachi, Kamae. Saluto, Yame.

I KATA DELLO STILE SHOTOKAN

Jion – prima parte



I KATA DELLO STILE SHOTOKAN

Jion - seconda parte

