

Análisis del Kata 1

Sisoochin

El Kata **SISOOCHIN** fue enseñada por el MAESTRO CHINO **RYU-RU-KO** en la provincia china de FUKYEN al MAESTRO HIGAONNA KANRYUO fundador del estilo de Karate NAHA-TE ó mano de NAHA MODERNO.

SISSOCHIN pertenece a la forma de SHOREI-RYU (Chino) es por tanto un Kata de tipo INTERNO tanto en el estilo de GOYU-RYU como SHITO-RYU.

Al volver a OKINAWA el MAESTRO HIGAONNA la enseña a sus alumnos entre los cuales se encontraban MIYAGUI CHOKUN, MABUNI KENWA, HIGA SEKO, ETC. si bien su antiguo nombre era SOOCHIN a lo cual los alumnos de HIGAONNA decidieron cambiar el nombre por el de SHI-SOO-CHIN ya que existían varios Katas con el nombre de SOOCHIN.

En el Embusen del Kata se trabajan las **8 direcciones** de desplazamientos, siendo un Kata muy completo y bastante equilibrado ya que es de destacar el trabajo de las técnicas con las dos lateralidades. En cuanto a los ancestros que se trabajan en él destacan las técnicas de la Serpiente y del Tigre así como en su movimiento final la forma del Dragón.

Es el único Kata que mantiene el trabajo de la Serpiente en el estilo de NAHA-TE mientras que en los demás Katas se cerraron las manos para dar forma al SEIKEN o puño fundamental, como ocurre en los actuales Katas SEESAN, SANSEERU y SUPARIMPEI.

Es prácticamente un Kata de Defensa Personal muy rico y denso. Contiene técnicas de NAGUE-WAZA, TORITE, GYAKU-WAZA entre sus bloques de técnicas ocultas, también destacan sus distintas formas de soltarse de agarres.

DESGLOSE TECNICO DEL KATA SISOOCHIN

POSICIONES

- MUSUBI-DACHI
- ZENKUSU-DACHI
- NEKO-ASHI-DACHI
- SANCHIN-DACHI
- HEISOKU-DACHI
(Flexionando las Rodillas)



TECNICAS DE BRAZO O MANO

ATAQUES

- NUKITE
- EMPI (Ascendente)
- EMPI-UCHI
- TATE-ZUKI
(Atrás) (Goyu y Shito-Ryu)
- SHOTEI-UCHI
- MOROTO-EMPI
- MOROTE-ZUKI
(Algunas líneas de Goyu-Ryu)

DEFENSAS

- HAISHO-UKE
- MOROTE HAISHO-UKE
- UCHI-UKE (Shito-Ryu ENVOLVENTE)
- SUKUI-DOBLE
(Goyu-Ryu COMO AGARRE)
- SHUTO-UKE GEDAN
- HAITO-UKE CHUDAN
- KAKETE-UKE (COORDINADO)
- SHOTEI-UKE
- SHOTEI Y KAKETE (COORDINADO)
- MOROTE-HAITO
(MOROTE KAKETE Y AGARRA)
- HAITO-SHOTEI (COMBINADO)

TECNICAS DE PIERNA

OI-GERI Y HIZA-GERI (Algunas Escuelas)



TECNICA: Defensa de Haisho-Uke, Ataque Nukite Posición: Sanchin Dachi.

Bunkai: Las posibilidades en este campo son muy variadas en las fotos vemos algunas de sus posibilidades. Destacando la forma de pegar con el Nukite.



La orientación del Nukite una vez que pega es ascendente.



TECNICA: Soltarse de un agarre en las muñecas así como también de un agarre en el cuello, retrocediendo para hacer perder el equilibrio al contrario.

Otra de las posibilidades sería hacer como un mawari-ashi sobre la pierna que nos ataca. Esta técnica requiere un trabajo especial dada su dificultad.





TECNICA: Defensa de Haito-Uke, Ataque Shuto ó Empi Posición: Zenkusu-Dachi.

Bunkai: Podemos defendernos de una patada seguida de un Zuki.

La defensa y el contraataque pueden ser diferentes dependiendo que pongamos la pierna por dentro del contrario o por fuera así como si la defensa se efectúa por dentro o fuera del individuo terminando en ambos casos con un control en el suelo.

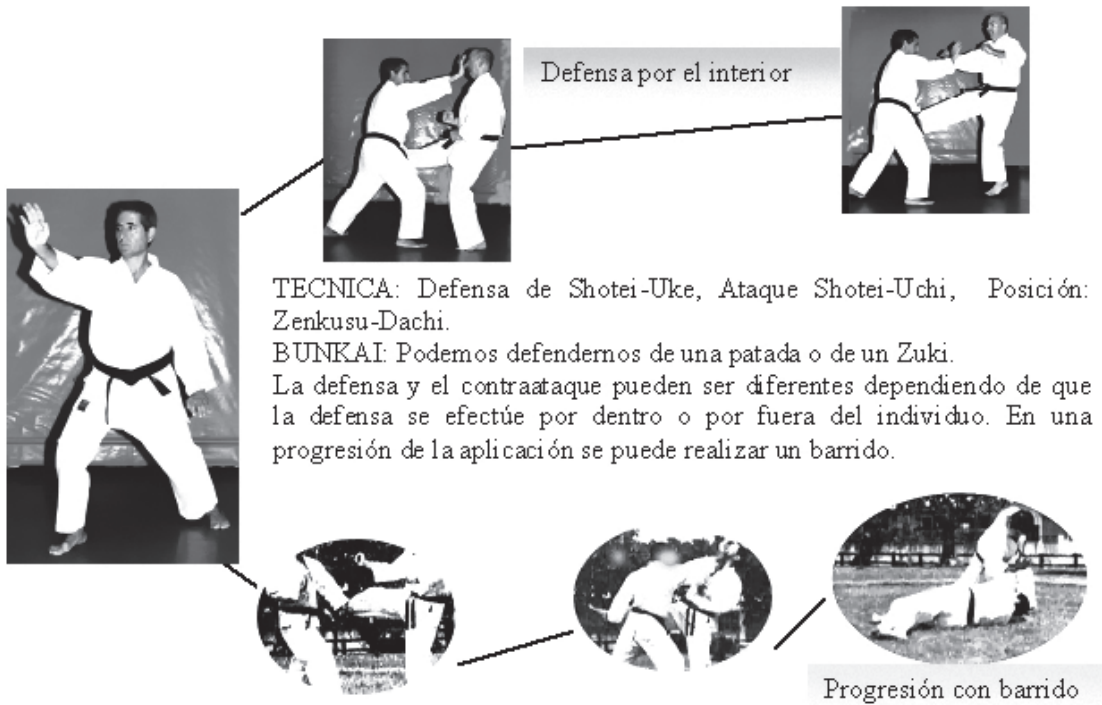


TECNICA: Soltarse de un agarre por atrás.

Bunkai: Dependiendo que el agarre sea sujetando los brazos o no los sujete la respuesta de defensa será diferente.

En ambos casos debemos golpear con nuestro glúteo para distraer la fuerza del adversario y golpearemos con Zuki ó Empi.

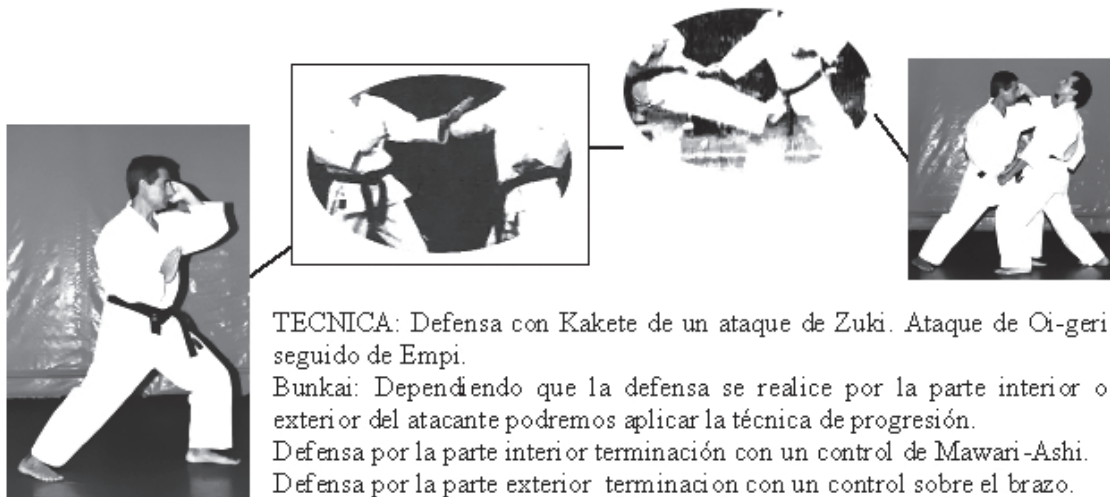




Defensa por el interior

TECNICA: Defensa de Shotei-Uke, Ataque Shotei-Uchi, Posición: Zenkusu-Dachi.
BUNKAI: Podemos defendernos de una patada o de un Zuki.
La defensa y el contraataque pueden ser diferentes dependiendo de que la defensa se efectúe por dentro o por fuera del individuo. En una progresión de la aplicación se puede realizar un barrido.

Progresión con barrido



TECNICA: Defensa con Kakete de un ataque de Zuki. Ataque de Oi-geri seguido de Empi.
Bunkai: Dependiendo que la defensa se realice por la parte interior o exterior del atacante podremos aplicar la técnica de progresión.
Defensa por la parte interior terminación con un control de Mawari-Ashi.
Defensa por la parte exterior terminación con un control sobre el brazo.





TECNICA: Defensa de un agarre en las muñecas.
Después de soltarnos realizaremos un Ataque de Empi-Uchi.
BUNKAI: Giramos las manos y las retrocedemos hasta la cadera seguido elevaremos los codos realizando un desplazamiento hacia delante al soltarnos atacaremos con Empi-Uchi.



Aplicación directa sobre un ataque de puño o agarre sobre un solo brazo.

シ
ソ
ー
チ
ン

Sisoochin



師 壯 鎮

En la aplicación de este movimiento puede realizarse un barrido