



# COMPETICIÓN

## Tipos de competición KATA INDIVIDUAL

### DESARROLLO DEL KATA

Estás de los nervios, es la primera vez que compites. Una cosa es practicar en el dojo y otra muy distinta, en una competición... aunque sea el mismo dojo.

No te preocupes, te vamos a decir todo lo que va a suceder, qué te van a decir y qué tienes que hacer.

#### (Artículo 5-1)

Shiai Gakari (juez locutor-presentador) ha llamado a un competidor y te ha nombrado para que estés prevenido. Colócate cerca del tatami, por donde ha entrado el anterior competidor.

El competir anterior termina su kata. Y Shiai Gakari te nombra para entrar en la zona de Kata.

Saluda al entrar en el tatami y quédate en la zona de seguridad a esperar instrucciones.

Shushin (juez principal) te dice:  
- “Nyujo”

(que sonará algo parece a Niyu, colocándose la mano delante de su rostro.

Saluda y entra al tatami.

Colócate en el lugar donde iniciar el kata.

#### (Artículo 5-2)

Shushin dirá:  
- ¡Tokui kata!

(es decir, te pide que le digas qué kata vas a realizar).

Tú dirás tu kata:  
- ¡Nanbu Shodan!

(hazlo con energía, es el comienzo, tienes que impresionar y además darte fuerza. Tienes la fuerza, tienes el coraje, grita con convicción.

Shushin se girará hacia la mesa y dirá:  
- ¡Nanbu Shodan!

#### (Artículo 5-3)

Acto seguido dirá:  
- ¡Hajime!

Es tu momento. No tengas prisa, comienza con fuerza, desarrolla tu kata. Concentración, respiración, ritmo, mirada, potencia, energía, kiai, armonía y estética.

Has terminado y Shushin dice:  
- ¡Hantei!

Shushin y los Fukushin elevarán sus tarjetas de puntuación con tus notas.

Shushin dirá:  
- “Taijo”

Tu primer reto ya ha pasado. Prepárate para el siguiente.  
¡Ánimo!

Saludas y, sin dar la espalda, sales del tatami. Saluda otra vez antes de abandonarlo definitivamente.



## Recuerda

Shiai Gakari te llama.  
Saludo.

Shushin:  
¡Nyujo!

Saludo y te acercas. Saludo.  
Shushin:  
¡Tokui kata!

Competidor:  
¡Nanbu Shodan!

Shushin se girará hacia la mesa y dirá:  
¡Nanbu Shodan!  
¡Hajime!

Haces el kata.  
Shushin:  
¡Hantei!

Shushin y los Fukushin puntúan.  
Shushin:  
“Taijo”

Saludo y, sin dar la espalda,  
sales del tatami. Saludo.

