

# SOO GIRI

**Alors que vous marchez, vous rencontrez une personne en face de vous qui a l'intention de vous attaquer. Parez son attaque en la coupant diagonalement à la gauche du visage. Ensuite de l'épaule droite jusqu'au plexus solaire, et enfin à la gauche du torse. Coupez horizontalement de gauche à droite l'abdomen à hauteur de la taille, et finalement, terminez avec une coupe verticale de haut en bas.**

1. Faites trois pas en avant en commençant par le pied droit. Lorsque votre pied gauche fait un pas en avant, saisissez la Tsuka des deux mains. En même temps que votre pied droit se déplace en avant, dégainez le sabre partiellement vers l'avant, légèrement vers la droite. Ramenez en arrière le pied droit près de votre pied gauche, et parez la coupe de l'adversaire en amenant votre sabre au-dessus de votre tête, en tenant la Tsuka avec votre main droite. Ce Kamae a le même objectif que Uke Nagashi. Immédiatement, placez votre main gauche sur le sabre, faites un pas en avant avec le pied droit et faites une coupe diagonale vers le bas, au travers du côté gauche de la tête de l'adversaire, jusqu'au menton.

*Note Spéciale* : il y a deux versions de la façon de sortir le sabre et déplacer les pieds. La première est décrite ci-dessus. Dans la seconde, le sabre est complètement sorti et les pieds ne bougent pas. Puis quand l'action de parer est faite, le pied droit recule au niveau du pied gauche.

2. En maintenant le même angle que cette première coupe, montez le sabre au-dessus de la tête. Faites à nouveau un pas en avant avec le pied droit en Okuri Ashi et coupez l'adversaire de l'épaule droite jusqu'au plexus solaire.

3. En maintenant le même angle cette deuxième coupe, montez le sabre au-dessus de la tête. Faites à nouveau un pas en avant avec le pied droit en Okuri Ashi et coupez l'adversaire de l'épaule droite jusqu'au plexus solaire.

4. En maintenant le même angle cette deuxième coupe, montez le sabre au-dessus de la tête. Faites à nouveau un pas en avant avec le pied droit en Okuri Ashi et coupez l'adversaire, depuis le haut de la poitrine gauche jusqu'au centre du nombril. Quand vous avez fini de couper, gardez le sabre horizontal.

5. En conservant le même angle cette troisième coupe, montez le sabre au-dessus de la tête. Ramenez le en bas devant votre hanche gauche, de telle façon que le tranchant de la lame « soit tourné vers l'avant. Tenez le horizontalement et, sans hésitation, faites une coupe horizontale depuis gauche à droite (180°), tout en faisant un pas en avant avec votre pied droit. Assurez-vous que cette coupe horizontale soit faite exactement horizontalement et sans relever les mains.

*Note Spéciale* : En prenant cette posture, assurez-vous que le sabre est tenu suffisamment bas sur votre gauche et qu'il pointe naturellement vers l'arrière gauche. La caractéristique de cette coupe est de se déplacer vers l'avant et pas seulement de couper vers la droite.

6. A nouveau sans s'arrêter, amenez le sabre au-dessus de la tête faites nouveau un pas en avant avec le pied droit en Okuri Ashi et coupez l'adversaire d'une coupe verticale vers le bas jusqu'à l'horizontal.

7. Sans changer votre posture, déplacez votre main gauche vers le côté gauche le long de la ceinture et faites Migi Ni Hiraite No Chiburi (Yoko Chiburi) avec votre main droite.

8. Glissez votre main gauche en avant, de la ceinture au Koiguchi et faites Noto.

9. Avancez votre pied arrière au niveau de votre pied avant, retirez votre main droite de la poignée et prenez Taito Shisei. Retournez à votre position de départ en reculant, en commençant par votre pied gauche.