

# SOETE TSUKI

**Vous êtes en train de marcher, lorsque soudainement une personne apparaît à votre gauche, avec l'intention de vous attaquer. Gagnez du temps en prenant l'initiative de dégainer votre sabre, et de couper diagonalement à travers son épaule droite. Puis, enfoncez le sabre dans son abdomen, tout en faisant un pas vers l'avant.**

1. Faites trois pas vers l'avant, en commençant avec le pied droit. En même temps que vous faites un pas avec votre pied gauche, tournez vous pour regarder vers l'adversaire à votre gauche, en plaçant naturellement les deux mains sur le sabre au même moment. Continuez d'avancer d'un demi-pas, avec le pied droit et utilisez-le comme un pivot pour tourner votre corps et faire face à votre adversaire. Faites un pas en arrière avec votre pied gauche, et ouvrez un peu le haut de votre corps vers la diagonale gauche, et coupez depuis l'épaule droite de l'adversaire jusqu'au côté de l'abdomen, le long de la ligne Kesa. Quand vous avez fini de couper, votre main droite doit être à la hauteur de votre nombril, avec la pointe du sabre un petit peu plus haut que la main droite.

2. Dirigez les orteils droits vers la droite, faites un demi pas vers l'arrière, et prenez Soete Tsuki no Kamae (1). Immédiatement, amenez votre pied gauche vers l'avant et enfoncez le sabre dans l'abdomen de l'adversaire. A ce moment, la main droite doit être en face du nombril et le sabre horizontal. (1) Tenez fermement le milieu du dos du sabre avec votre pouce et votre index gauche. Placez votre main droite, tenant la poignée, près de votre taille droite, et gardez la pointe du sabre dans une position horizontale. Le haut de votre corps doit être naturellement incliné vers la droite.

3. Sans bouger votre main gauche tirez le sabre hors du corps en le faisant pivoter pardessus le dos des doigts de la main gauche, en maintenant la pointe du sabre avec le tranchant orienté vers le bas et l'avant. En même temps, amenez votre main droite devant votre poitrine droite, Kamae (1) et montrez du Zanshin. (1) Quand vous faites ce Kamae, tenez la lame du sabre avec vos pouce et index gauche. Tournez votre paume vers le « bas, et allongez légèrement votre coude droit jusqu'à vous assurer que l'angle, entre l'avant-bras et le sabre, soit approximativement de 90°.

4. Retirez votre main gauche de la lame et saisissez le Koi Guchi. Tout en reculant d'un pas avec votre pied gauche, faites Migi ni Hiraite no Chiburi. A la fin de ce mouvement, la main droite ne doit pas être à la même hauteur que la main gauche. La position finale de ce Chiburi est proche d'un angle de 30°.

5. Faites Noto comme décrit précédemment.

6. Amenez votre pied arrière au niveau de votre pied avant et retirez votre main droite de la poignée. Mettez vous en Taito Shisei et revenez à votre position de départ, d'abord en tournant vers la droite pour faire face au devant, puis en faisant trois pas en commençant par votre pied gauche.