



# Дзёдо Всеяпонской Федерации Кэндо

---

*Полное руководство*

Подготовлено по материалам Всеяпонской Федерации Кэндо

## Оглавление

Понятие Кэндо, Философия занятий Кэндо, Философия преподавания Кэндо .....	5
К вопросу пересмотра Дзёдо Всеяпонской Федерации Кэндо.....	6
<b>I. Особенности Дзёдо .....</b>	<b>7</b>
1) Стандарты оружия.....	7
1. Размеры Дзё.....	7
2. Размеры меча (Бокуто) .....	7
2) Дух обучения Дзёдо .....	7
3) Цели и результаты изучения Дзёдо .....	8
<b>II. Ритуал.....</b>	<b>8</b>
1) Поклон сидя .....	8
2) Поклон стоя.....	8
<b>III. Дзёдо Всеяпонской Федерации Кэндо .....</b>	<b>9</b>
1) Позы Дзёдо .....	9
1. Рицудзё .....	9
2. Сагэдзё .....	9
2) Стойки с Дзё (Камаэ) .....	9
1. Цунэ-но камаэ.....	9
2. Хонтэ-но камаэ .....	9
(i) Миги хонтэ-но камаэ.....	9
(ii) Хидари хонтэ-но камаэ.....	10
3. Гякутэ-но камаэ .....	10
(i) Миги гякутэ-но камаэ.....	10
(ii) Хидари гякутэ-но камаэ.....	10
4. Хикиотоси-но камаэ.....	10
(i) Миги хикиотоси-но камаэ .....	10
(ii) Хидари хикиотоси-но камаэ .....	10
3) Позы и стойки (Камаэ) с мечом, а так же выход из Камаэ.....	11
1. Сагэто .....	11
2. Кэйто .....	11
3. Тайто .....	11
4. Стойки с мечом (Камаэ).....	11
(i) Чюудан-но камаэ .....	11
(ii) Сётэ хидари Дзёодан-но камаэ.....	11
(iii) Сётэ миги дзёодан-но камаэ.....	12
(iv) Гэдан-но камаэ.....	12

(v) Хассо-но камаэ .....	12
(vi) Вакигамаэ.....	12
5. Выход из Камаэ .....	12
4) Си-Учи Котай .....	13
5) Кихон.....	13
1. Хонтэ-учи.....	15
2. Гякутэ-учи.....	18
3. Хикиотоси-учи .....	21
4. Каэси-дзуки .....	24
5. Гякутэ-дзуки .....	26
6. Макиотоси.....	28
7. Курицкэ .....	30
8. Куриханаси.....	33
9. Тайатари.....	36
10. Цкихадзуси-учи.....	39
11. Добараи-учи.....	42
12. Тайхадзуси-учи.....	44
6) Ката.....	48
1. Иппоммэ Цукидзуэ .....	49
2. Нихоммэ Сүйгэцу.....	51
3. Самбоммэ Хиссагэ .....	52
4. Ёнхоммэ Сямэн.....	55
5. Гохоммэ Сакан.....	56
6. Роппоммэ Мономи.....	58
7. Нанахоммэ Касуми .....	59
8. Хачихоммэ Тачиотоси.....	62
9. Кюухоммэ Райучи .....	64
10. Дзюухоммэ Сэйган.....	66
11. Дзюуиппоммэ Мидаредомэ .....	68
12. Дзюунихоммэ Ран'ай.....	71
7) На что обращать внимание при судействе и на экзаменах.....	77
Приложение.....	79
Составители .....	80