

REALISER UN NUKITSUKE

Pédagogie simple



A partir d'un geste quotidien qu'est une poignée de main pour saluer une personne "Dire bonjour". C'est basique, il suffit de tendre son bras pour aller à la rencontre d'une main.



Répéter ce geste simple, la main droite sur la Tsuka Kashira, ensuite, tendre calmement l'ensemble (main et tsuka) comme pour dire bonjour.

2



Cette dernière phase exprime bien la simplicité de ce geste qu'est le Nukitsuke. A ce moment crucial, ne penser pas mentalement à couper mais laisser la biomécanique réaliser la totalité du mouvement.