

ZNKR JODO

TO REI

AU DEBUT DE COURS

Partons du postulat où les Jodoka sont en ligne face au Sensei, le Jo est en « *Tsune no Kamae* » (photo 1).

A ce moment est annoncé **Shomen ni**, les jodoka se dirigent vers le **Shomen** du Dojo, le Jo se trouve plaqué contre l'épaule droite « *Sogoni* » (photo 2), l'annonce qui suit est **Rei** (photo 3), tous saluent le **Shomen** et se replacent face au Sensei (photo 4).



Ensuite **Shakuza** ou **Seiza** est annoncé (photo 5), tous descendent assis en Seiza et placent le Jo sur le sol avec la main droite.

Puis **Sensei ni... Rei** (photo 6) est annoncé, les jodoka saluent le Sensei en prononçant ensemble **Onégaishimasu**, une fois le buste redressé, le Jo est saisi avec la main droite et le groupe se relève (Photo 4).



A LA FIN DE COURS

Comme au début du cours les jodoka sont en ligne face au Sensei, le Jo est en *Tsune no Kamae* (photo 1).

Ensuite **Shakuza** est annoncé, tous descendent assis en *Seiza* (photo 5) et place le Jo sur le sol avec la main droite.

Puis à l'annonce **Sensei ni... Rei** (photo 6), les jodoka saluent le Sensei en prononçant **Domo Arigato Gosaimashita**, à partir du *Seiza*, le Jo est saisi avec le main droite, le groupe s'oriente (photo 7) vers le Shomen et, **Shomen ni... Rei** est annoncé, tous les jodoka saluent le *Shomen* (photo 8).

A partir de la position *Seiza*, les jodoka se replacent face au Sensei (photo 5), l'annonce **Ichido... Rei** est faite et tous les jodoka saluent le Sensei (photo 6).

Pour finir l'élève le plus gradé annonce **Kiritsu** et tout le groupe se relève, le Jo est en *Tsune no Kamae* (photo 1).

