

捨



捨て身の技

1、正面を向いてる



2、正座をし、精神統一、二呼吸半



3.刀を抜きつけしながら、ゆっくり膝
たちを始める



4、左足を踏み込み、刀を抜き、敵の
右上腕をおさえる
(斬るのではない、上腕部で止める)



5、上段に構え、敵に対峙する
(間 二つ数える)



6、敵が斬りに右足を踏み込んだ瞬間、右足を踏み込み、敵の右足を斬る



7、体をゆっくり起こし、刀を右体側に2/3位引く



9、納刀が終了した状態（尻と踵は少々あけた状態）



共通

1.右足を出し、同時に右手で柄頭を持つ（右足は90° 左足と背筋は直線）



2.立ち上がりながら、左足を一足の半分まで引き付ける



3.前に出している右足を左足にそろえる



4.右手、左手を下し、手のひらを開いて残心