NAÏFANCHIN

SHODAN

NIDAN

SANDAN

Alain CARTET

09/09/2009

LES « KATAS » NAÏFANCHIN (Muraille de chine).

Ils forment la base de l'art du « Shurite ». Autrefois, le « Naïfanchin » était l'un des rares kata connu des maîtres de « karaté », même des maîtres de renon comme « MOTOBU CHOKI ». Ils commençaient toujours une séance par « Naïfanchin » et l'entraînement était mené durement.

Les katas « Naïfanchin shodan, nidan et sandan » s'exécutent selon un schéma de déplacement latéral et sur la même ligne.