



# Westcoast Karate Shotokan

En del av World Traditional Karate Organization

## Förteckning över Shotokan Kata

Kata är ett förutbestämt mönster av olika tekniker. Ursprungligen var det femton kata som Gichin Funakoshi förde med sig från Okinawa. Funakoshi menade att dessa femton kata (jugo kata) var tillräckligt för att skapa ett komplett system. Masatoshi Nakayama införde senare ytterligare elva kata i Shotokan. De femton förstnämnda är Funakoshis ursprungliga Jugo kata. De efterföljande infördes av Nakayama.

### Shotokan Kata

1. Heian Shodan	21 (9, 17)	Fridfull
2. Heian Nidan	26 (11, 26)	Fridfull
3. Heian Sandan	20 (10, 20)	Fridfull
4. Heian Yondan	27 (13, 25)	Fridfull
5. Heian Godan	23 (12, 19)	Fridfull
6. Tekki Shodan	29 (15, 29)	Rida till häst
7. Tekki Nidan	24 (16, 24)	Rida till häst
8. Tekki Sandan	36 (16, 36)	Rida till häst
9. Bassai Dai	42 (19, 42)	Storma en borg
10. Kanku Dai	65 (15, 65)	Se mot himmeln
11. Enpi	37 (15, 36)	Svalans flykt
12. Jion	47 (17, 47)	Tempelklocka
13. Hangetsu	41 (11, 40)	Halvmåne
14. Jitte	24 (13, 24)	Tio händer
15. Gankaku	42 (28, 42)	Tranan på klippan
16. Nijushiho	34 (18, 33)	Tjugofyra steg
17. Meikyo	33 (32)	Blank spegel
18. Bassai Sho	27 (17, 22)	Lilla Bassai
19. Kanku Sho	48 (6, 48)	Lilla Kanku
20. Sochin	41 (30, 41)	Rotad
21. Gojushiho Sho	65 (57, 64)	Femtiofyra steg, liten
22. Gojushiho Dai	67 (59, 66)	Femtiofyra steg, stor
23. Unsu	48 (36, 48)	Molnhänder
24. Chinte	32 (28, 32)	Ovanlig hand
25. Wankan	24 (24)	Kungens krona
26. Jiin	35 (11, 35)	Tempelmark

### Shotokan Kihon kata

1. Taikyoko Shodan	20 (8, 16)
2. Taikyoko Nidan	20 (8, 16)
3. Taikyoko Sandan	20 (8, 16)
4. Taikyoko Yondan	20 (8, 16)
5. Taikyoko Godan	20 (8, 16)
6. Taikyoko Rokodan	20 (8, 16)