

Katas de contre-prises

Gonosen no Kata

- Kata de contre-prises en 3 volets (Ashi-waza, Koshi-waza et Te-waza).

Ashi-waza

1. Osoto-gari contré par Osoto-gari ;
2. Hiza-guruma contré par Hiza-guruma ;
3. Ouchi-gari contré par De-ashi-barai/Okuri-ashi-barai ;
4. De-ashi-barai contré par De-ashi-barai ;
5. Kosoto-gake contré par Tai-otoshi ;
6. Kouchi-gari contré par Sasae-tsuri-komi-ashi.

Koshi-waza

1. Kubi-nage contré par Ushiro-goshi ;
2. Koshi-guruma contré par Uki-goshi ;
3. Hane-goshi contré par Sasae-tsuri-komi-ashi ;
4. Harai-goshi contré par Utsuri-goshi ;
5. Uchi-mata contré par Sukui-Nage (Te-guruma).

Te-waza

1. Kata-seoi contré par Sumi-gaeshi.

Kaeshi no Kata

- Kata de contre-prises qui a été créé avant la fin des années 1800 démontrant l'exécution de 10 techniques lors de contre-attaques:
 1. Deashi-barai contré par Deashi-barai
 2. Ouchi-gari contré par Ushiro-goshi
 3. Kouchi-gari contré par Okuri-ashi-harai
 4. Osoto-gari contré par Harai-goshi
 5. Kosoto-gari contré par Tai-otoshi
 6. Hane-goshi contré par Deashi-harai
 7. Harai-goshi contré par Ushiro-goshi
 8. Uchi-mata contré par Te-waza
 9. Koshi-guruma contré par Utsuri-goshi
 10. Ippon-seoinage contré par Uki-waza

Nage-waza-ura no Kata

Kata de contre-prises démontrant l'exécution de techniques lors de contre-attaques en trois volets (Te-waza, Ashi-waza et koshi-waza).

Te-waza

1. Uki-otoshi contré par tai-otoshi
2. Seoi Nage contré par Yoko-Guruma
3. Kata Guruma contré par Sumi-Gaeshi
4. Tai otoshi contré par Ko-tsure-Goshi
5. Obi Otoshi contré par O Guruma

Ashi-waza

1. Okuri-Ashi-Harai contré par Tsubame-Gaeshi
2. Ko-uchi-Gari contré par Hiza-Guruma
3. O-uchi-Gari contré par O-uchi-Gari-Gaeshi
4. Sasae-Tsurikomi-Ashi contré par Sumi-Otoshi
5. Uchi-mata contré par Tai-Otoshi

Koshi-waza

1. Hane-Goshi contré par Kari-Gaeshi
2. Harai-Goshi contré par Ushiro-Goshi
3. Hane-Goshi contré par Utsuri-Goshi
4. Uki-Goshi contré par Yoko-Wakare
5. O-Goshi contré par Ippon-Seoi-Nage