

# KATA DE L' ECOLE SHINKYOKUSHIN

Chaque grade correspond à un répertoire de techniques et de Kata qui doivent être maîtrisés par l'élève qui prétend à ce grade.

Les Kata du style ShinkYokushin sont au nombre de 23. Certains peuvent aussi être travaillés sous une forme « Ura » (inversion du déplacement).

Kata d'initiation : Taikyoku Sono Ichi Sakugi Taikyoku Sono Ichi  
Taikyoku Sono Ni Sakugi Taikyoku Sono Ni  
Taikyoku Sono San Sakugi Taikyoku Sono San

Kata de base: Pinan Sono Ichi  
Pinan Sono Ni  
Pinan Sono San  
Pinan Sono Yon  
Pinan Sono Go

Kata avancés: Gekisai Dai                      Kata respiratoires: Sanchin  
Yantsu    Tensho  
Tsuki no Kata

Kata supérieurs : Saiha  
Kanku  
Gekisai Sho  
Seienchin  
Shushi Ho  
Garyu  
Seipai

