



Kumiteopas



Suomen karateliiton jäsen

24.11.2018
Kivikero Antti
Kivikero Teemu
Klippi Jukka
Nissinen Esko
Puoskari Antti
Sokka Mika
Versio 2018/a

KUMITE 組手

Yleisesti käännettynä *kumite* on ”ottelu”, täsmällisesti piirrosmerkit tulkiten ”kätten kieputus” tai ”käsien yhdistäminen” – tulkinta on monitahoinen. Kääntäminen pelkäksi otteluksi ei tee täyttä oikeutta tuon sanan monille vivahteille.

Tähän oppaaseen on koottu Budoseura Heiwan vyökokeissa käytössä olevat ottelukuviot ja pelisäännöt. Opas sisältää tämän lisäksi myös muuta tietoa ja näkemyksiä tähän keskeiseen karaten osa-alueeseen.

Ottelujärjestelmän innoituksena on ollut senseiden Hirokazu Kanazawa ja Hitoshi Kasuya 1980-luvulla tekemä työ, joka on dokumentoitu kirjaksi. Viittaus kirjaan löytyy tämän oppaan lopussa.

Mukavia luku- ja treenihetkiä. Pistetään pusakat märiksi!

Oikeudet muutoksiin tämän oppaan sisältöön pidätetään.

TANREN KUMITE

Tanren, eli harjoittelu. Karatekan taidot ovat lajin opettelun alkuvaiheessa hyvin rajalliset, eikä tekniikoiden tarkkuus taikka etäisyyden kontrolli ole vielä kehittynyt. Tämän vuoksi ensimmäiset ottelukokonaisuudet ovat hyvin ennalta määriteltyjä, eikä niiden muodosta tule poiketa. Tämä mahdollistaa turvallisen työskentelyn Uken ja Torin välillä, jolloin molempien taidot pääsevät kehittymään ilman loukkaantumisen vaaraa.

Tanren Kumite jakautuu viiden (Gohon) sekä kolmen (Sanbon) askeleen otteluihin (Go = ”viisi” / San = ”kolme”; hon / bon = tässä yhteydessä ”askel”).

Gohon kumiten eteneminen vaiheittain:

- a) kumarrusten jälkeen hyökkääjä ottaa otteluasennon (vasen Zenkutsu dachi Gedan barai + ”Kiai”), varoittaa aikeestaan (”Chudan”), ja tekee viisi hyökkäystä (Oi zuki Chudan).
- b) Puolustautuja astuu oikealla jalalla taakse (Zenkutsu dachi), torjuu kaikki viisi hyökkäystä (Soto uke) ja tekee lopuksi vastaiskun (Gyaku zuki Chudan + ”Kiai”).
- c) Roolit vaihtuvat, ja sama toistetaan.
- d) Roolit vaihtuvat jälleen, ja tällä kertaa hyökkäyksenä on lyönti kasvoihin (Oi zuki Jodan), jonka puolustautuja torjuu viidesti (Age uke) ja tekee jälleen vastaiskun.
- e) Roolit vaihtuvat vielä kerran, ja viimeisin hyökkäyskuvioiden toistetaan.
- f) Loppukumarrukset.

Sanbon kumiten eteneminen vaiheittain:

- a) kumarrusten jälkeen hyökkääjä ottaa otteluasennon (vasen Zenkutsu dachi Gedan barai + ”Kiai”), varoittaa aikeestaan (”Oizuki Jodan, Chudan, Mae geri Chudan”), ja tekee nämä hyökkäykset.
- b) Puolustautuja astuu oikealla jalalla taakse (Zenkutsu dachi), torjuu hyökkäykset ja tekee vastaiskun. Torjuntajon ja vastaiskun tapa riippuu kumiten versiosta (Sanbon kumite 1..4).
- c) Roolit vaihtuvat, ja sama toistetaan.
- d) Loppukumarrukset.

Mikäli näin on määrätty, voidaan Sanbon kumite koetella myös peilikuvana. Tällöin hyökkääjä aloittaa astumalla *oikealla* jalalla eteenpäin ja puolustus aloitetaan astumalla *vasemmalla* jalalla taakse. Ottelu etenee kuten esikuvansa, vain peilikuvana.

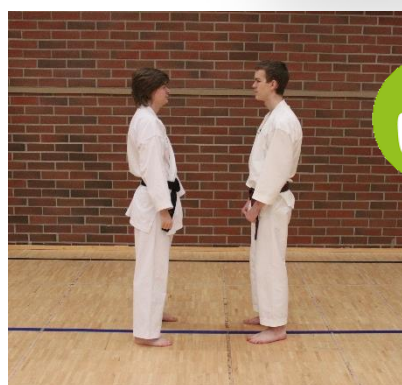
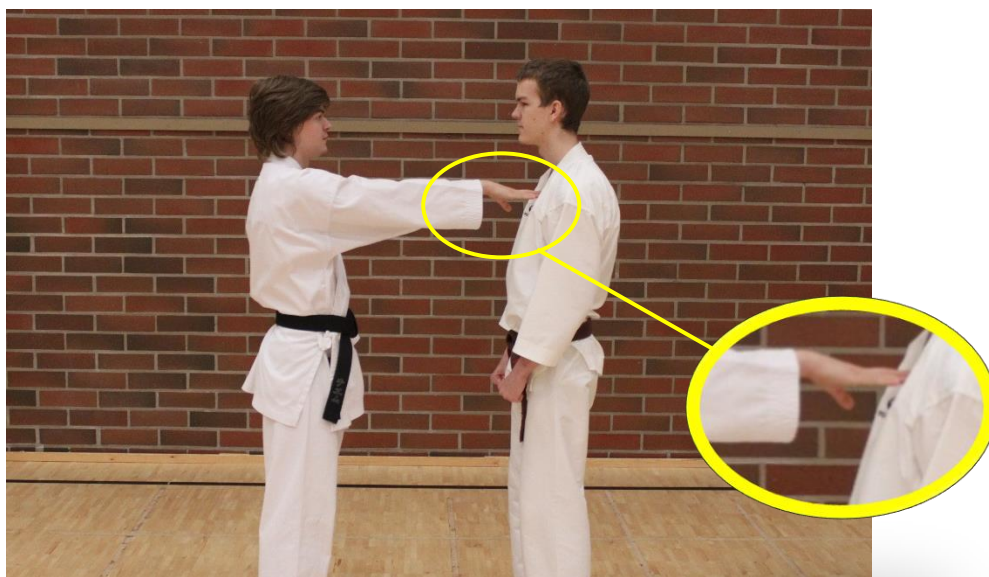
Täsmällisesti määritelty ottelukuvio mahdollistaa myös keskittymisen oikeaan hengitystekniikkaan askellukseen rytmittynä. Tämä on Tanren Kumiten parasta antia, koska tähän ei myöhemmissä Kumite-muodoissa ole enää yhtäläistä mahdollisuutta keskittyä.

Tanren Kumite kuvina

Seuraavassa esitetään kaikki Tanren Kumite kokonaisuudet kuvasarjoina. Kyseiset ottelukokonaisuudet liittyvät vyökoevaatimukseen keltaisesta siniseen:

	kyu:	8	7	6	5	4	3	2	1
Gohon Kumite	x								
Sanbon Kumite			1.	2.	3.	4.			

Kaikki määrämuotoiset kumite-ottelut aloitetaan sovittamalla parin etäisyys toisistaan. Tämä tapahtuu ojentamalla käsi koskettamaan vastustajan rintaa:



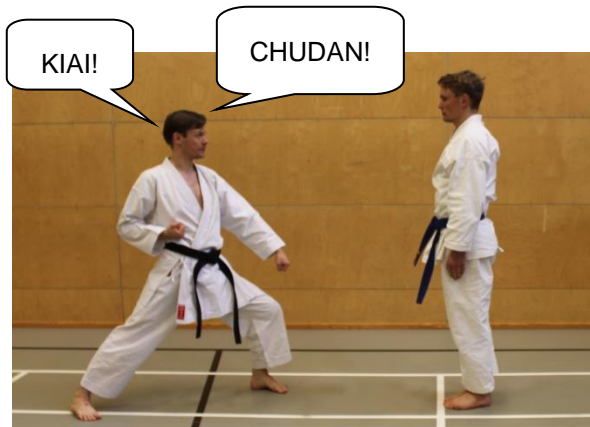
Tältä etäisyydeltä tehdään alkukumarrukset ja ensimmäiseksi hyökkääjäksi sovittu aloittaa ottelun astumalla oikealla jalalla taakse, tehden näin vasemman puolen Gedan barain (KIAI). Tämän jälkeen hyökkääjä ilmoittaa hyökkäyssarjan, ja pienen tauon jälkeen aloittaa tämän. Puolustautuja toimii ko. kumiten mukaisesti, minkä jälkeen roolit vaihtuvat, ja ottelu jatkuu kaavan mukaisesti.

Lopuksi on muistettava kumartaa parille.

Gohon kumite



Alkukumarrukset



Hyökkäysvalmius ja varoitus



Hyökkäys ja torjunta (x 5)



Vastaisku



Väli-lopetus, roolien vaihto



Hyökkäysvalmius ja varoitus



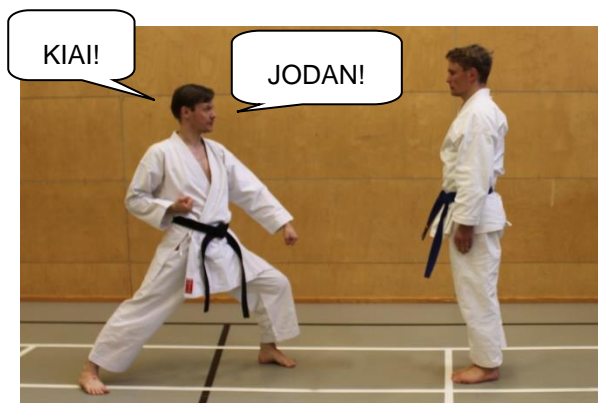
Hyökkäys ja torjunta (x 5)



Vastaisku



Väli-lopetus, roolien vaihto



Hyökkäysvalmius ja varoitus



Hyökkäys ja torjunta (x 5)



Vastaisku



Väli-lopetus, roolien vaihto



Hyökkäysvalmius ja varoitus



Hyökkäys ja torjunta (x 5)



Vastaisku



Lopetus



Loppukumarrus

Sanbon Kumite

Kaikki kuvasarjat on esitetty siten, että hyökkääjä on vasemmalla. Osa tekniikoista on näytetty molemmista suunnista (Sanbon nro.3), jolloin alempi kuva esittää "takapuolen" kuvakulmaa. Tällöin hyökkääjä on kuvassa *oikealla*.

Sanbon Kumite nro.1



Gedan barai / Shizentai



Oi zuki jodan / Age uke





Oi zuki chudan / Soto uke



Mae geri chudan / Gedan barai



Kamae / Gyaku zuki chudan

Sanbon Kumite nro.2



Gedan barai / Shizentai



Oi zuki jodan / Age uke



Oi zuki chudan / Uchi uke



Mae geri chudan / GYAKU gedan barai



Jodan uke / Kizami zuki



(Jodan uke) / Gyaku zuki

Sanbon Kumite nro.3



Gedan barai / Shizentai



Oi zuki jodan / Haiwan uke kokutsu-dachi





Oi zuki chudan / Morote uke kokutsu-dachi



Mae geri chudan / Sukui uke kokutsu-dachi

kamae / Gyaku zuki



Sanbon Kumite nro.4



Gedan barai / Shizentai



Oi zuki jodan / Yama uke kiba-dachi



Oi zuki chudan / Teisho uke kiba-dachi



Mae geri chudan / Gedan barai kiba-dachi



Kamae / (suriashi) Tate empi kiba-dachi



KIHON KUMITE

Kihon, eli perus. Tämä ottelumuoto on seuraava kehitysaskel Tanren Kumiten jälkeen. Kun Tanren Kumitessa on koko ottelukuvio tarkkaan määrätty, on Kihon Kumitessa enää määrättyä vain *hyökkäyksen* tekotapa. Ottelussa noudatetaan nimensä mukaan tekniikoiden perusmuotoa ja -asentoja. Kaikki tekniikat tehdään hallitusti, vain kevyt kontakti on sallittu. Erityisesti päähän kohdistuvat hyökkäykset tulee pysäyttää ennen osumaa kohteeseen, kuitenkin vain muutaman senttimetrin päähän.

Kihon Ippon-Kumite

Seuraavassa esitetään esimerkkejä Kihon Ippon-Kumite hyökkäyspuolustus-tekniikoista kuvasarjoina. Kuvasarjat on tarkoitettu vain esimerkiksi, eikä niitä tule noudattaa sellaisenaan. Ideoita ja ajatuksia niistä sopii ammentaa, ja muistaa tuoda oma persoona mukaan kaikkiin puolustus-vastahyökkäys –yhdistelmiin. Meistä jokainen on erilainen, niin myös se karate, joka sopii parhaiten juuri itselle.

Ottelukokonaisuudet liittyvät vyökoevaatimukseen keltaisesta siniseen:

kyu:	8	7	6	5	4	3	2	1
Kihon Ippon Kumite	A			AB	AB	ABC	ABC	

Ippon Kumite sisältö:

- A. Oi Zuki Chudan, Oi Zuki Jodan
- B. Mae Geri Chudan, Kekomi Geri Chudan
- C. Mawashi Geri, Gyaku Zuki

Sinisen vyön testeissä hyökkäykset ovat siis vain etukäden lyönnit askeleella (Oi Zuki), sekä suorat potkut (Mae Geri ja Kekomi Geri). Ruskean vyön testeissä koetellaan kaikki kuusi perushyökkäystä, kun vihreän testissä riittää pelkät etukäden lyönnit.

Hyökkäyksiä tehdään vain yksi per tekniikka – ei siis molemmilta puolilta. Hyökkääjä voi Ippon Kumitessa kuitenkin valita kummalta puolelta hyökkäyksen tekee. Tämä tulee Kihon Kumitessa valita ja osoittaa selvästi hyvissä ajoin, heti liikkeelle lähdössä. Puolta voi vaihtaa kesken tekemisen vasta myöhemmissä otteluversioissa (Jiyu Kumite).

Esimerkeistä käy ilmi kuinka ottelu voi päättyä joko vastahyökkäykseen, joka on riittävän tehokas tyrmäämään hyökkääjän niin pitkäksi aikaa, että poistuminen paikalta voidaan tehdä turvallisesti – taikka sellaiseen lukko-/sidontatekniikkaan, jolla tilanne saadaan rauhoitetuksi siten, että hyökkääjä on tehty vaarattomaksi ja tälle voi puhua tilanteen rauhoittamiseksi ja purkamiseksi.

Oi Zuki Chudan

→ Kokutsu Dachi Soto Shuto Uke / Mawashi Empi Uchi Chudan (suriashi)



→ Zenkutsu Dachi Gedan Barai / Gyaku Zuki Jodan

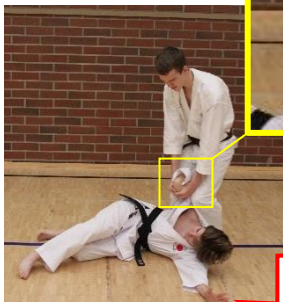


Oi Zuki Jodan

→ Kokutsu Dachi Age Shuto Uke / kaato / Jodan Zuki



→ Age Uke / kaato / rannelukko (Uke: tap-out)



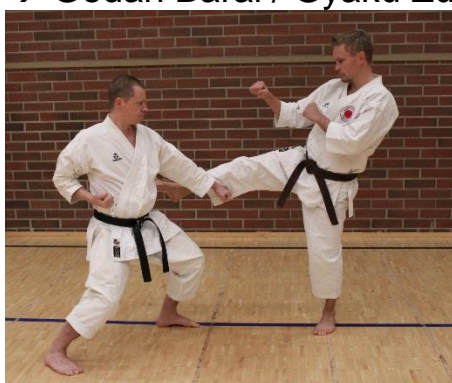
TAP-TAP

Mae Geri Chudan

→ Gyaku Gedan Barai / painonsiirto + Gyaku Zuki Chudan



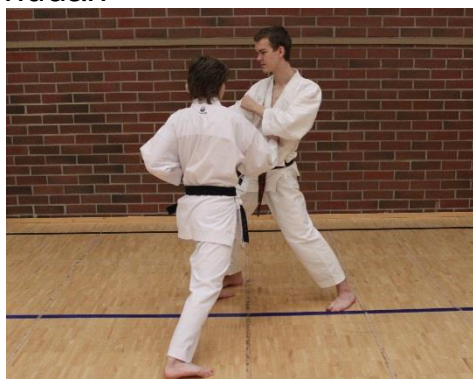
→ Gedan Barai / Gyaku Zuki Chudan

**Kekomi Geri Chudan**

→ Otoshi Uke / Gyaku Zuki Jodan

**Mawashi Geri (Jodan / Chudan)**

→ Tate Shuto Uke / Gyaku Zuki Chudan



Gyaku Zuki Chudan

askeleella → Gyaku Gedan Barai / painonsiirto + Mawashi Empi Jodan



suoraan → Soto Uke / Kote Gaeshi + kyynärlukko



Kaeshi Ippon-Kumite

Kaeshi Ippon-Kumite ei toistaiseksi kuulu Heiwan vyökoevaatimukseen, mutta on siitä huolimatta hyvin keskeinen kumiten harjoittelumuoto matkalla määrämuotoisesta ottelusta vapaaseen otteluun (ei kuitenkaan vapaaotteluun).

Kaeshi Ippon-Kumite poikkeaa Ippon-Kumitesta sekä siinä, että alkuperäinen hyökkääjä päätyy lopuksi myös ottelun voittajaksi, kuin myös alkuasetelmassaan; kun aiemmissa kumite-muodoissa on hyökkääjä ensin ottanut otteluasennon ja ilmoittanut hyökkäyksensä, Kaeshi Ippon-Kumite:ssa hyökkääjä lähtee liikkeelle kumarruksen jälkeen suoraan *shizentai*-asennosta, eli luonnollisesta seisonnasta.

- 1) ottelupari sovittaa etäisyyden hieman Tanren Kumiten aloitusetäisyyttä suuremmaksi
- 2) kumarrukset ja luonnollinen seisonta
- 3) hyökkääjän (A) ilmoitus aikomuksesta (esim. "Mae Geri, Chudan")
- 4) hyökkäys
- 5) puolustautujan (B) torjunta ja välitön vastahyökkäys
- 6) tämän vastahyökkäyksen torjunta ja välitön vastahyökkäys (A→B)
- 7) (ei vastatoimia, ottelu on päättynyt A:n voittoon)
- 8) pari palaa luonnolliseen seisontaan ja kumartavat

Kaeshi Ippon-Kumite:n kuvausta kehitetään oppaan seuraavaan versioon, ja sen sisällyttämistä vyökoevaatimukseen tulevaisuudessa harkitaan, sillä se on erinomainen ponnahduslauta Kihon Kumitesta Jiyu Kumiteen.

JIYU KUMITE

Tämä selvitetään perusteellisemmin oppaan seuraavassa versiossa. Tässä yhteydessä todetaan, että Jiyu **Ippon** Kumite (joka itse asiassa kuuluu Yakusoku Jiyu Kumite-muotoon) on kuten Kihon Ippon Kumite, mutta liikkeessä. Hyökkääjä ilmoittaa aikeestaan, etsii vapaan paikan, ja tekee aikomansa hyökkäyksen. Jiyu Kumite puolestaan on täysin vapaa ottelu, jossa ei ole määritetty hyökkääjää, hyökkäyksiä eikä hyökkäysjärjestystä – molemmat ottelijat kamppailevat parhaansa mukaan. Ottelussa on paikalla tuomari, jonka tehtävä on pitää huolta ottelijoiden turvallisuudesta ja hillitä ottelijoiden mahdollista kiihtymistä ottelun edetessä.

Vyökoejärjestelmässä kyseiset ottelukokonaisuudet koetellaan vain ruskean vyön testeissä, seuraavasti:

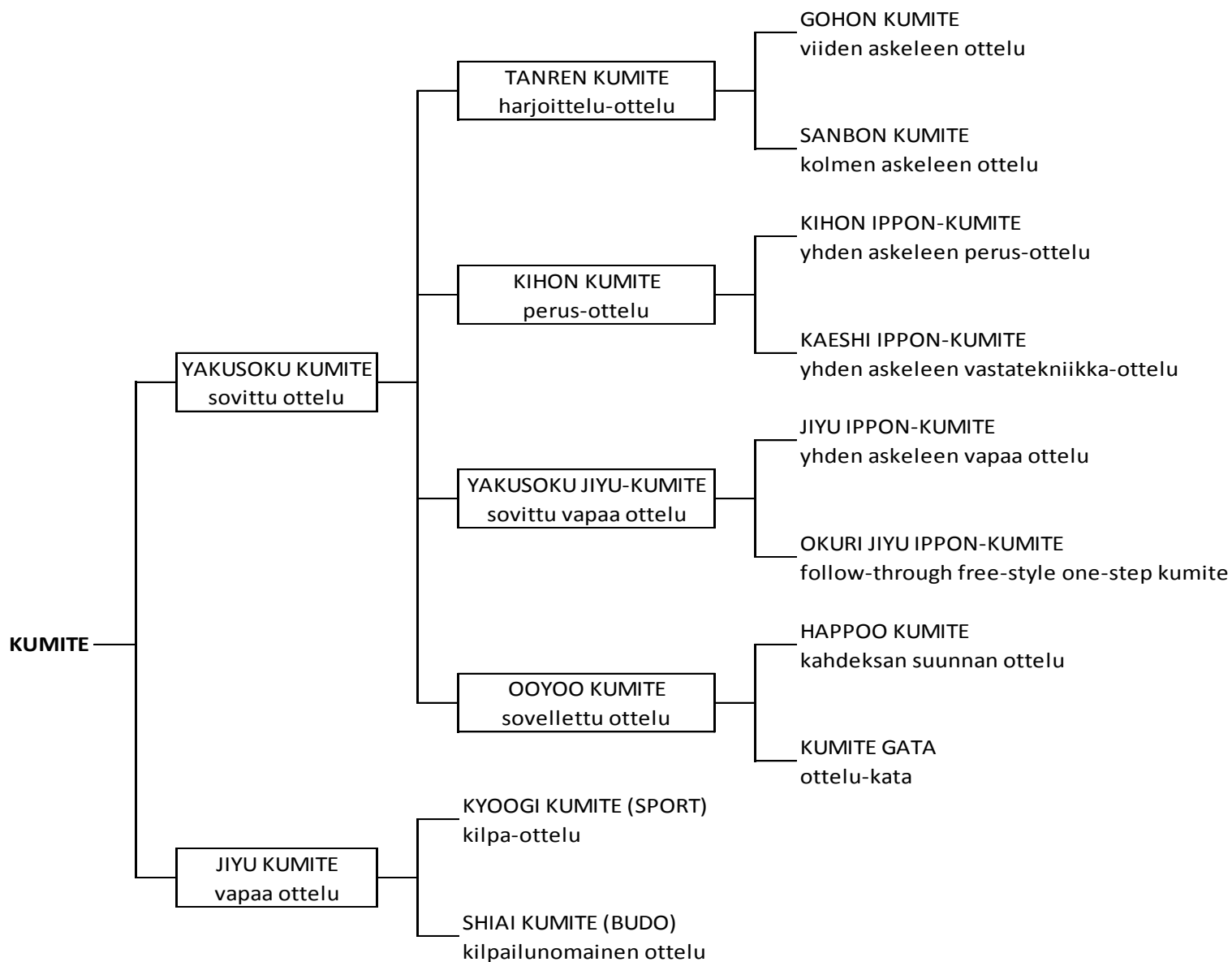
	kyu:	8	7	6	5	4	3	2	1
Jiyu Ippon Kumite							A	AB	ABC
Jiyu Kumite (Shiai)									2 min

Ippon Kumite sisältö:

- A. Oi Zuki Chudan, Oi Zuki Jodan
- B. Mae Geri Chudan, Kekomi Geri Chudan
- C. Mawashi Geri, Gyaku Zuki

Kuvitus täydennetään oppaan seuraavassa versiossa.

KUMITE-SUKUPUU



Lähde: *Karate Fighting Techniques, The Complete Kumite (Hirokazu Kanazawa, ISBN: 978-1-56836-516-9); suomennos: Antti Kivikero*