

Handleiding voor Lesgever Karate WADO-RYU
Annex volume 5 (Yakusoku Kumite)

**RENZOKU KUMITE of "VOORTDURENDE
KUMITE "**



Yoshikazu KAMIGAITO

Foto's op de omslag:

Yoshikazu Kamigaito Sensei en Marcel Smeets, instructeur van de Wado-Ryu Club RCAE
aan de Universiteit van Luik (Université de Liège), in de jaren 1970-1980

Deze foto's zijn afkomstig uit de video die te zien is op YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=Pm7ZXTc9uDE>

Talrijke andere video's over Yoshikazu Kamigaito Sensei en zijn leerlingen zijn te vinden op:

https://www.youtube.com/channel/UCJIr3-_aUIhV-ALVb3IYA+Q/videos



Jean-Maurice Huart, opvolger van Yoshikazu Kamigaito, en Peter Keijers,
instructeur bij de Tshintō Karate Club Leuven, in de jaren 1980

Deze foto's zijn afkomstig uit de video die te zien is op YouTube:

https://www.youtube.com/watch?v=6CElo6_Dg1A

Talrijke andere video's over Yoshikazu Kamigaito sensei en zijn leerlingen zijn te vinden op:

<https://www.youtube.com/channel/UCJIR3-aUIhV-ALVb3IYA+Q/videos>

基本 約束組手

上垣内 克一 

Inhoudsopgave

[Voorword](#)

[Overzicht](#)

[Kamae](#)

[Techniek 1](#)

[Techniek 2](#)

[Techniek 3](#)

[Techniek 4](#)

[Techniek 5](#)

[Techniek 6](#)

[Techniek 7](#)

[Techniek 8](#)

[Techniek 9](#)

[Techniek 10](#)

Originele tekeningen van Yoshikazu KAMIGAITO Sensei

De Renzoku Kumite (voortdurende Kumite) zijn opeenvolgende ononderbroken bewegingen van aanval en verdediging met partner.



Tekst Xavier WISPENNINCKX, voorwoord Peter KEIJERS Boutersem 16
april 2016

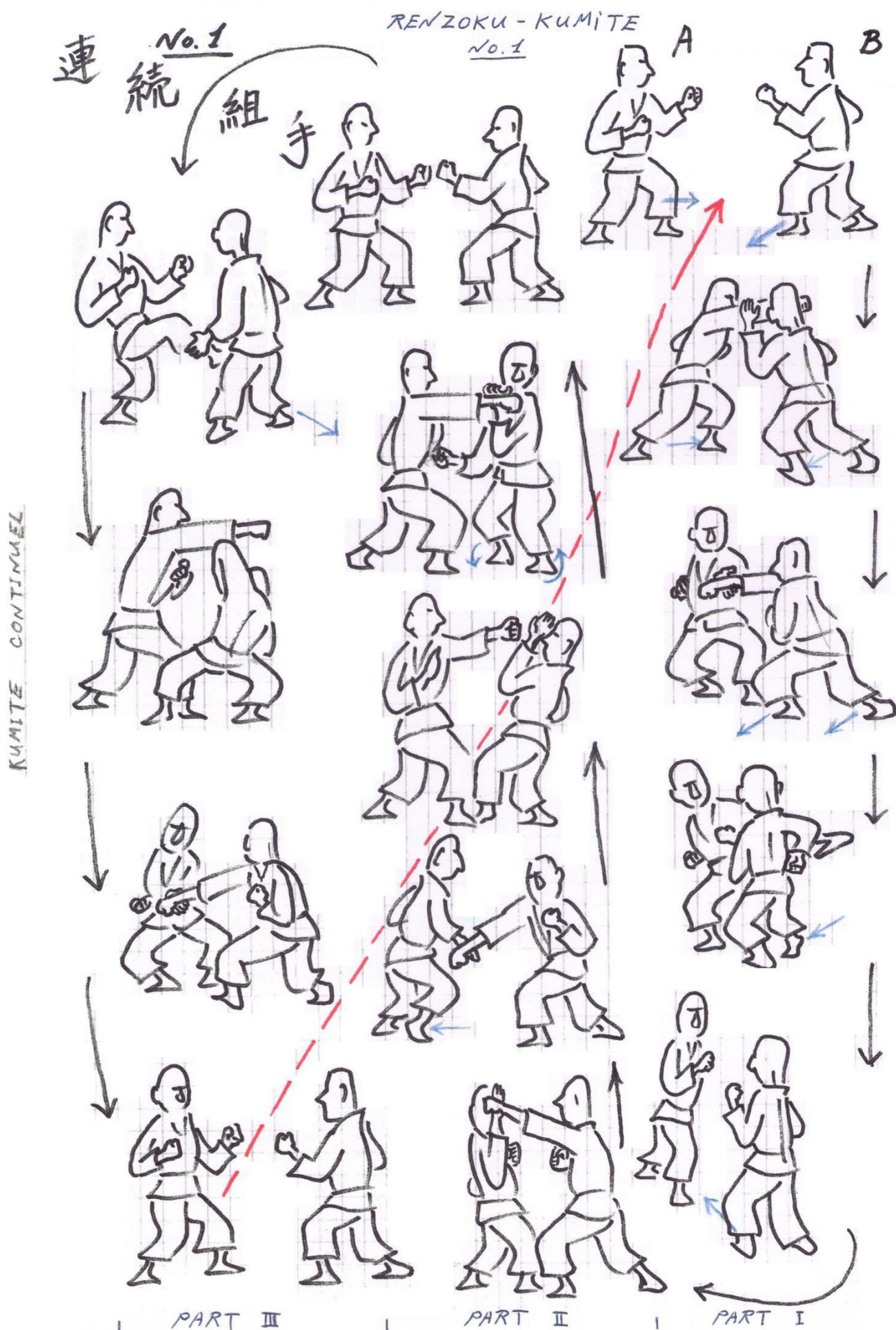
Nieuwe vormgeving en het toevoegen van enkele illustraties van Paul Gazon
(uitgever van "les Carnets de P-gaz" op internet)
met het grootste respect voor de teksten en tekeningen van de originele
handleiding

voor lezen via e-books, computers en tablets

Edition 2018 dans les Carnets de P-gaz

Nieuwe digitale uitgave van mei 2026
(samengesteld door Xavier Wispenninckx)

Overzicht



Voorwoord

De Renzoku Kumite werden in de jaren zeventig van vorige eeuw door Kamigaito Sensei tijdens zijn periode in België ontwikkeld.

Hij was verrast over de stramme wijze de westerlingen karate beoefenden. De heupbewegingen, eigen aan Budo, waren nauwelijks aanwezig. Het begrip soepel werd verward met lenig. Hij was van oordeel dat de karatekas in België met die ingesteldheid de subtiele bewegingen van Wado Ryu, en met name Kihon Kumite, niet aankonden. Hij zocht een manier waarop hij hen toch aan deze Japanse traditie kon laten aansluiten.

Hij ontwikkelde daarom twee reeksen oefeningen.

Om de westerlingen soepeler te laten bewegen introduceerde hij oefeningen uit Nippon Kempo(*).

Daarnaast ontwikkelde Kamigaito Sensei een dertigtal reeksen van partneroefeningen die hij Yakusoku Kumite noemde als voorbereiding op de studie van Kihon Kumite.

In deze oefeningen worden de Taisabaki bewegingen gradueel aangeleerd. De oefeningen werden door Kamigaito Sensei beschreven en geïllustreerd met tekeningen in Handleiding voor Lesgever Wado-Ryu Karate - Volume 5 - VOORNAAMSTE YAKUZOKU KUMITE - van Yoshikazu KAMIGAITO, uitgegeven in 1980 door WADO KAMIGAITO BELGIUM VZW.

Tegelijk ontwikkelde hij de Renzoku Kumite als een reeks van opeenvolgende bewegingen met partner op basis van de bewegingen die terug te vinden zijn in de Yakusoku Kumite.

De Renzoku Kumite zijn dynamisch opgebouwd en vormen een afbeelding van het echte gevecht.



Tenslotte nog dit:

Voor meer uitleg over de Taisabaki bewegingen zoals Sokushin, Hikimi, Sorimi, Chinshin, Kaishin et Senshin, verwijzen wij naar de Handleiding voor Lesgever Wado-Ryu Karate - Volume 2 -KIHON - van Yoshikazu KAMIGAITO, uitgegeven in 1981 door WADO KAMIGAITO BELGIUM VZW.

(*) Deze, vooral door de heupen geïnitieerde, bewegingen werden uitvoerig beschreven door Jean-Maurice Huard in een uitgave van de WADO KAMIGAITO BELGIUM VZW in 2001: "NIPPON KEMPO "

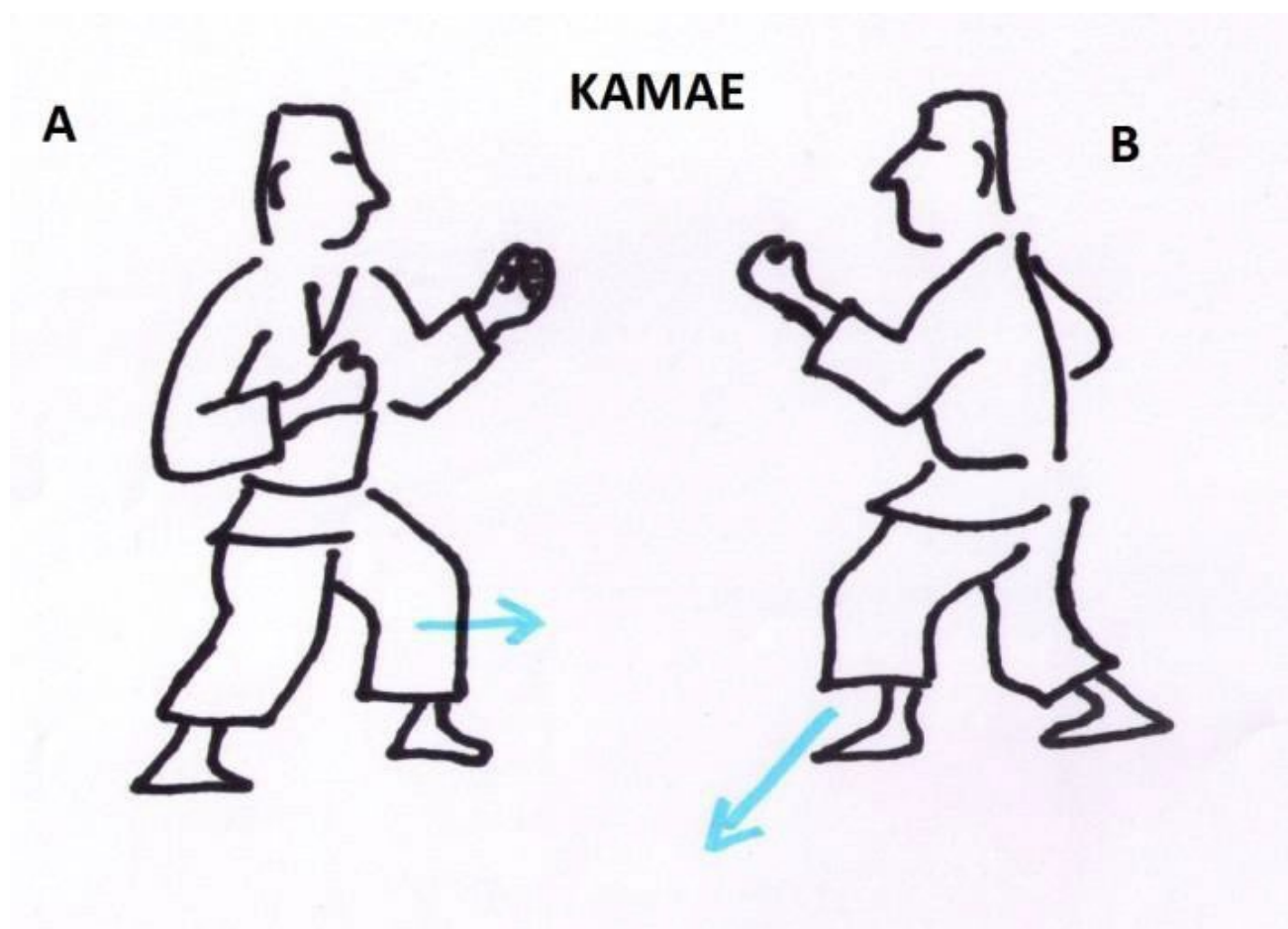
Deze eerste serie van Renzoku Kumite is opgebouwd uit drie delen. Elk deel bevat drie technieken van aanval-verdediging, met wisselend initiatief tussen A en B.

Kamigaito Sensei noemde ze ook "voortdurende Kumite". Vanaf begin tot einde worden ze op in deze zin uitgevoerd, om dan weer te beginnen bij het begin, en zo verder...!

Deze video van Meester Otsuka, waarin hij vijf Kihon Kumite uitlegt, belicht op meesterlijke wijze enkele van deze delicate bewegingen die in Renzoku Kumite worden toegepast.

Yoi

De kampers staan tegenover elkaar in Yoi positie (niet geïllustreerd). De afstand is zodanig dat noch A noch B de ander kan raken dan door een één stap vooruit te komen



A komt met de linkervoet in de houding Hidari Hanmi Gamae een halve stap vooruit richting B. tegelijk besluit A de aanval op B. Als A deze intentie te duidelijk maakt dan zou B het initiatief kunnen overnemen. B spiegelt zich aan de beweging van A en gaat met de rechtervoet een halve stap achteruit in de houding Hidari Hanmi Gamae. B voelt de druk van A en is klaar om te verdedigen (of aan te vallen indien A een opening laat).

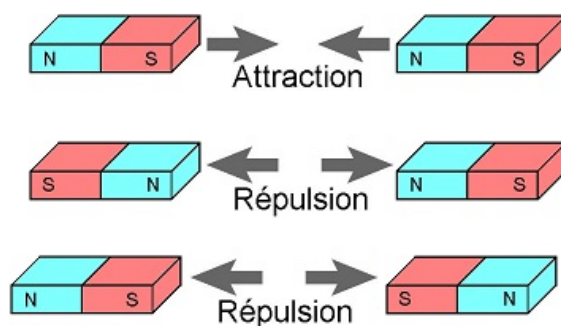
A nadert B om aan te vallen. B bereidt zich voor op de verdediging (of de aanval!).

In een echt gevecht is de afstand tussen A en B beslissend over wie het initiatief neemt. Het verschil in deze oefening is dat vanaf het begin de rollen van A en B bepaald zijn.

De afstand (Ma-Ai) is dusdanig kort dat A (of B) met een halve stap (indicatief) vooruit kan aanvallen.

Tijdens de oefening volgen A en B aandachtig en harmonisch elkaars bewegingen. Beide kampers observeren elkaar zorgvuldig.

Kamigaito Sensei bracht vaak het idee naar voren dat de twee vechters moesten bewegen als de **twee identieke polen** van een magneet.



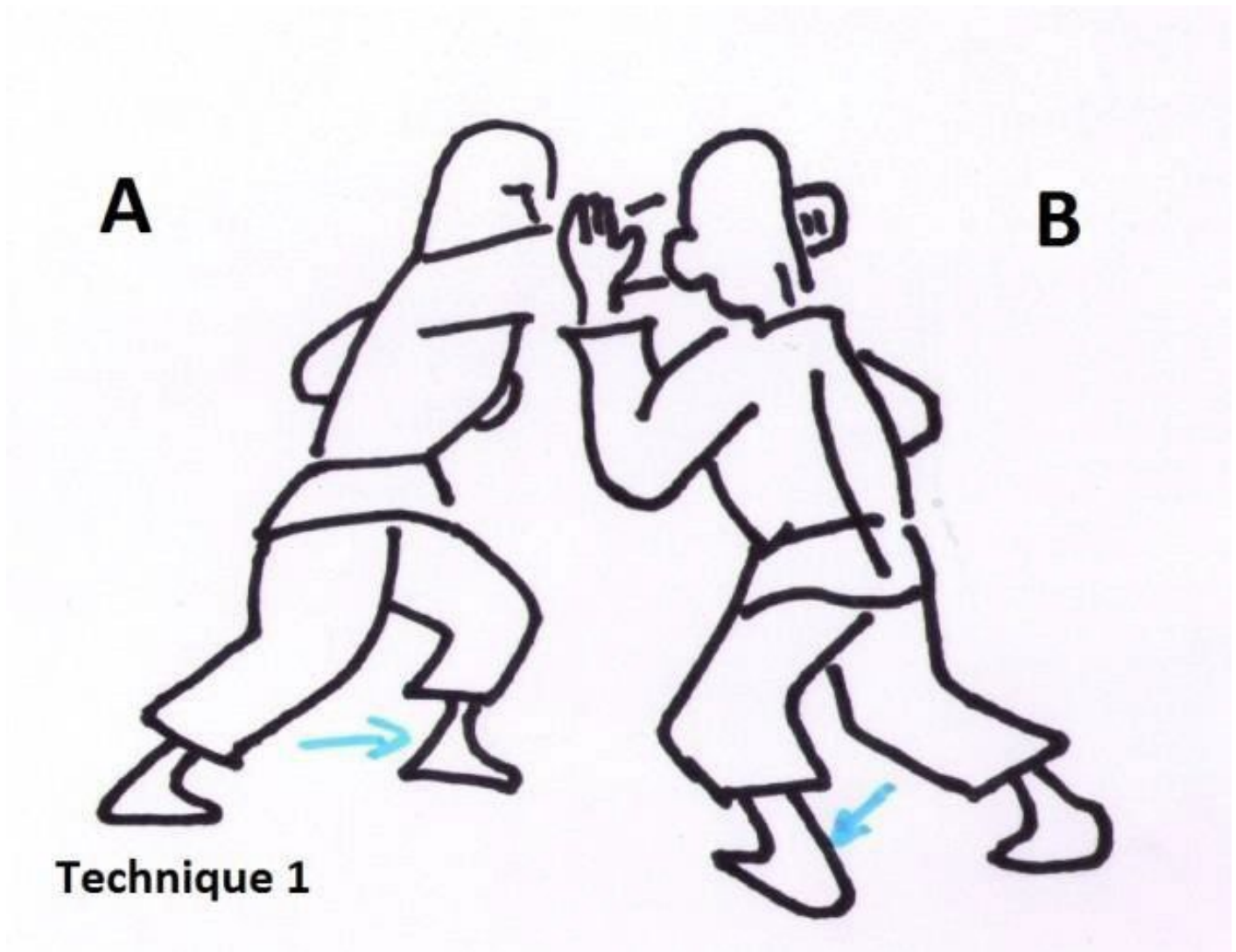
Afstoting bij Noord-Noord of Zuid-Zuid

A en B blijven, ook tijdens de uitwisselingen, alert. Hun heupen hebben de juiste houding en hun buikspieren zijn licht gespannen. Ze voelen de afstand (Ma-Ai) tussen elkaar. Ze letten op (voelen) elkaars bewegingen (aanvallen , verdedigingen, verplaatsingen) maar ook aarzelingen, afleidingen, ademhaling. Tegelijk zijn ze alert op eventuele meerdere tegenstanders.



Techniek 1

A, vordert een halve stap en valt B aan met Gyaku Zuki Jodan rechts. A houdt met zijn linkervuist de borst gedekt.



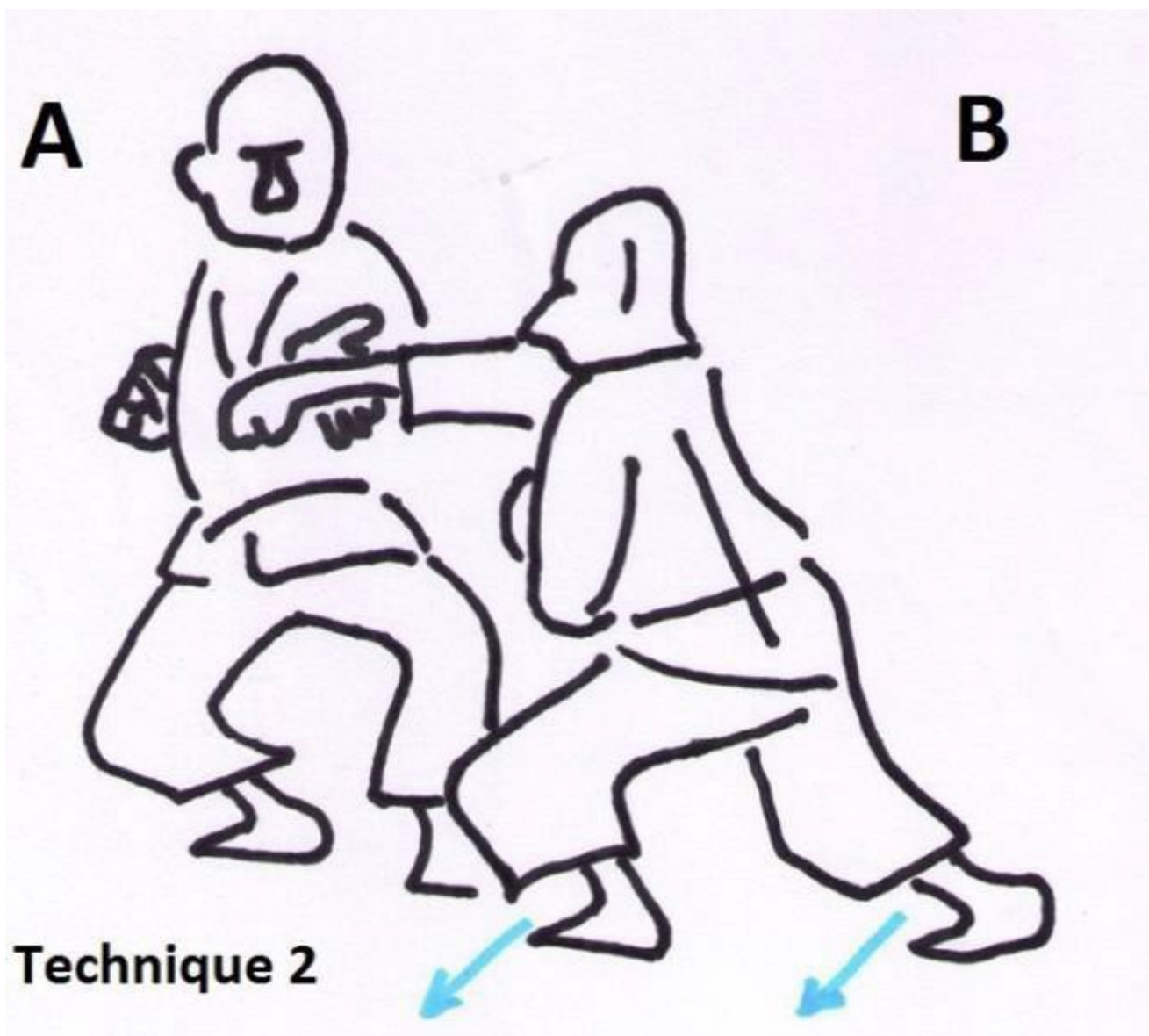
B ontwijkt met Sokushin naar links. Deze beweging begint met de heupen, en B verzet eveneens de linkervoet een beetje naar links. B controleert voor alle zekerheid de Gyaku Zuki van A door met de palm van de linkerhand een lichte druk op de Gyaku Zuki van A uit te oefenen. Hoofd en romp van B neigen een beetje naar links.



Techniek 2

Na de 1ste aanval van A te hebben ontweken blijft B dicht tegen A en lanceert de tegenaanval met Gyaku Zuki Chudan¹. B ondersteunt de aanval door zich met Yori-Ashi te verplaatsen naar A met de bedoeling hem te raken.

Om de tegenaanval met een goede timing uit te voeren ontwijkt B in de geest van verdediging-aanval. Met andere woorden, het gaat niet over de verdediging (zelfs indien effectief) op zich maar over het verloren initiatief terug te nemen.



A verdedigt door een zwaai met de palm van de linkerhand.

Het belangrijkste in deze verdediging is de ontwijking met "Tai Sabaki" door gebruik te maken van de heupen om het lichaam terug te trekken. De rechterheup trekt 90° terug naar rechts en met linkerhandpalm veegt A de voorarm van B van links naar rechts². De eindstand van A is Shiko-Dachi.

Vorbereiding techniek 3.:

Eens A de aanval van B heeft ontweken bereidt A de tegenaanval met Sokuto voor.



B beseft dat zijn Gyaku Zuki Chudan zijn doel miste en moet beslissen om hetzij een 2de aanval uit te voeren (maar dat is hier niet aan de orde) hetzij aan te voelen dat A het initiatief van de aanval overneemt.

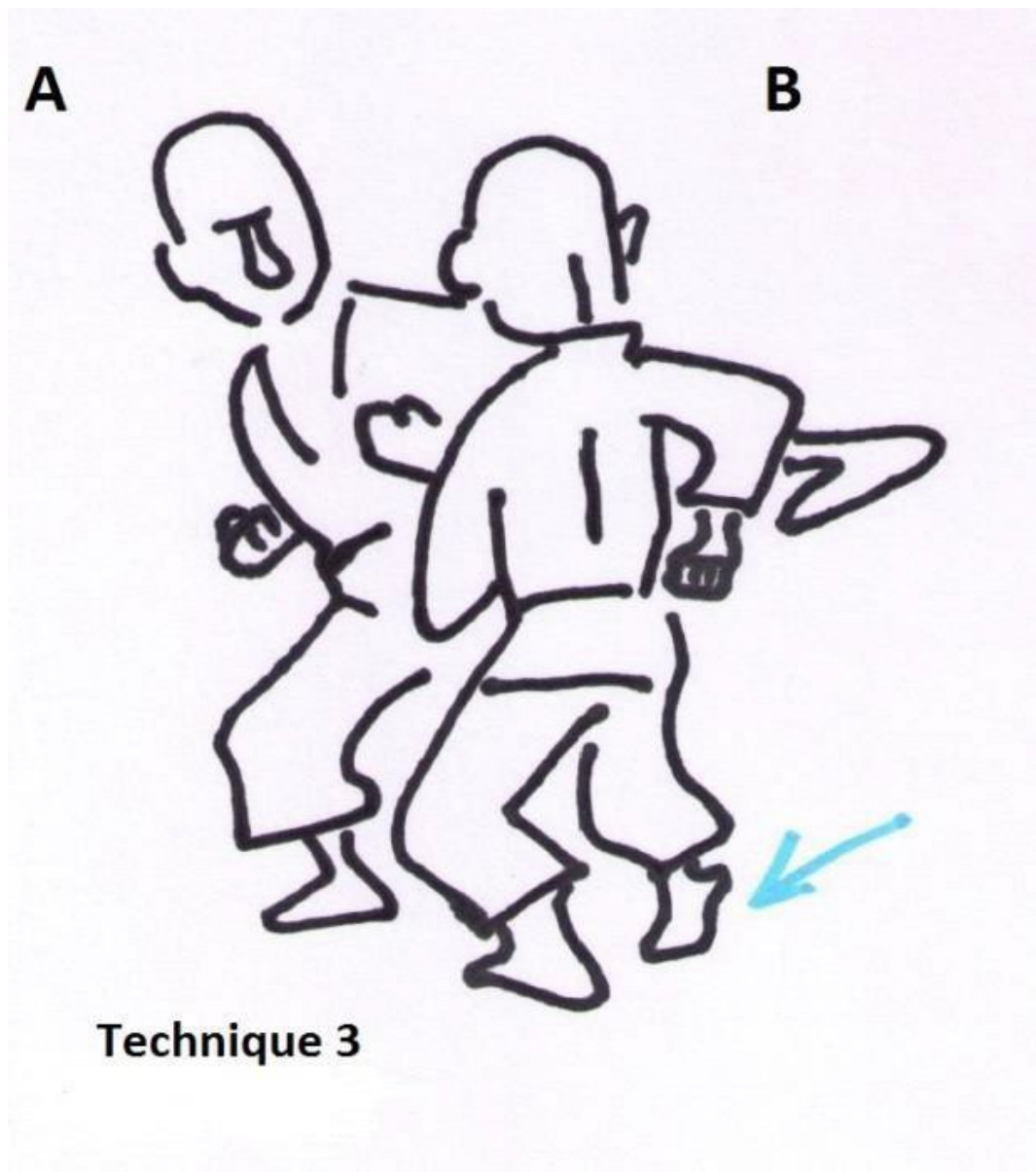
- (1) De aanvallen met Gyaku Zuki in Renzoku Kumite komen redelijk ver door. In techniek 1 houdt de aanval van A het midden tussen Gyaku Zuki Chudan en Gyaku Zuki No Tsukkomi*
- (2) De verdediging van A met de handpalm wordt niet met de arm geïnitieerd maar is het resultaat van het terugtrekken van de heupen.*

Techniek 3

A maakt een korte Surikomi beweging met het rechterbeen zonder de linker voet te overschrijden en schopt Sokuto Chudan links.

B ontwijkt ogenblikkelijk de Sokuto van A door zich met Yori-Ashi naar links te verplaatsen, hierbij sluit het rechterbeen aan bij het linkerbeen. Beide benen zijn licht gebogen en het lichaam draait naar links om Sokuto te ontwijken. B dekt zich in met Gedan Barai. A beseft meteen dat zijn Sokuto het doel niet treft en gaat met Kekomi niet tot het uiterste. Hij trekt Sokuto in en keert terug in Migi Hanmi Gamae.

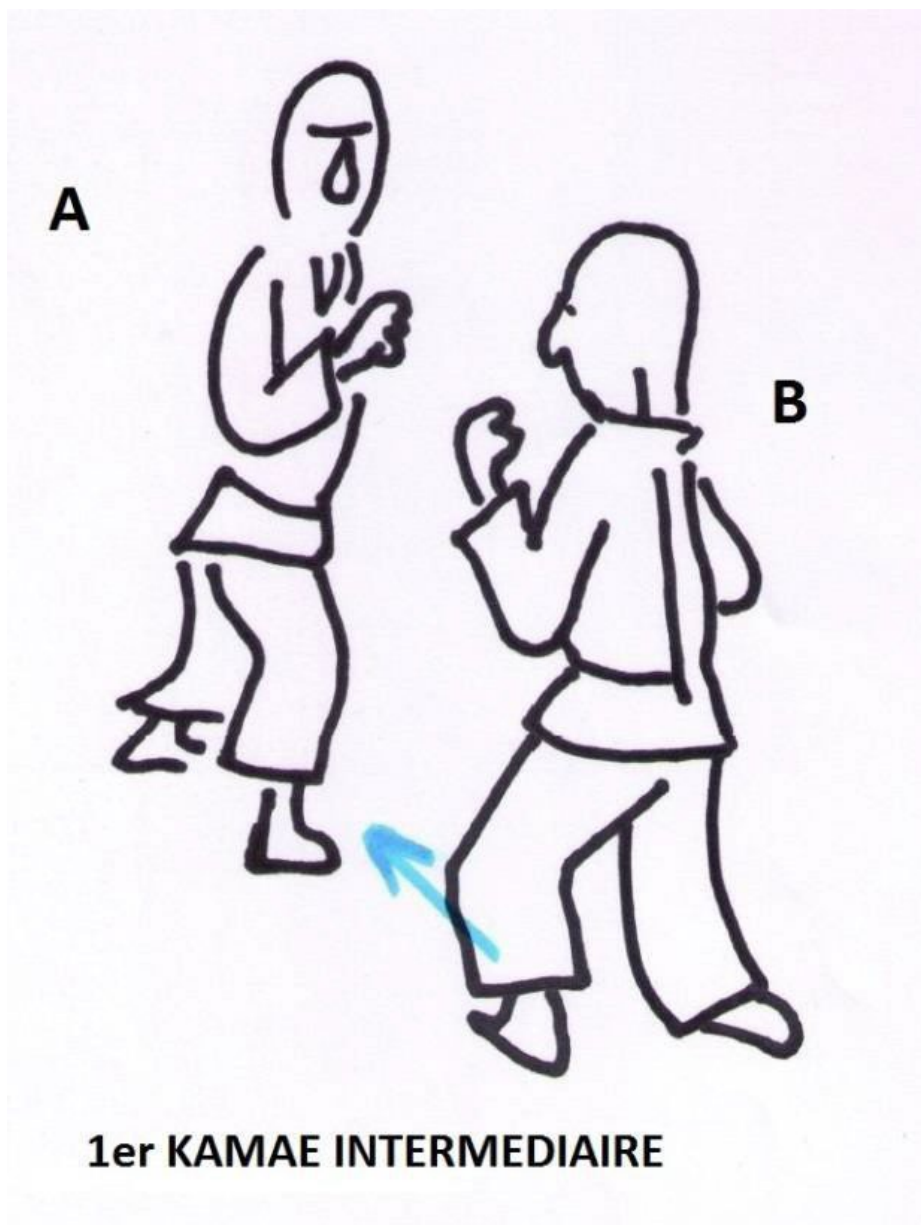
B merkt dat A tijdelijk Ma-Ai verliest en zet zich afwachtend in Hidari Hamni Gamae.



Uitleg bij de afwachtende houding:

A en B, steeds dicht bij elkaar, hebben enkele keren aangevallen en verdedigd. Ze vinden niet meteen een oplossing en willen een volgende aanval vanuit een betere positie lanceren.

Met andere woorden, vermijdt eenzijdig aanvallen met een voorkeurstechniek. Gebruik de techniek die het best inspeelt op een opening in de houding van de tegenstander.



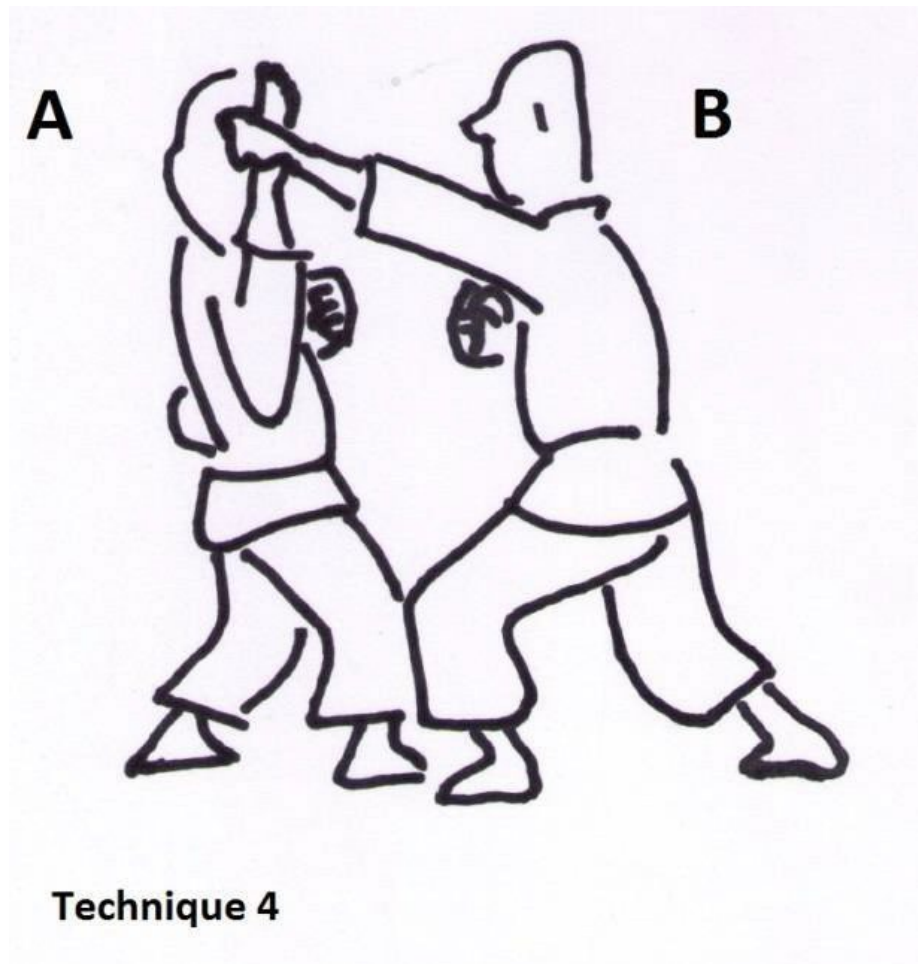
A staat in Migi Hanmi Gamae - B in Hidari Hanmi Gamae

Techniek 4

Als de afstand tussen A en B te groot is, zal B, die het initiatief overneemt, dichterbij A moeten komen.

B nadert met een halve stap en valt links aan met Tobikomi Zuki Jodan terwijl hij de rechter vuist voor de borst houdt. Indien echter A de afstand korter maakt, dan valt B aan wanneer Ma-Ai voor hem gunstig is.

A ontwijkt in Taisabaki licht naar links en plaatst zijn onderarm in Nagashi Uke met open of gesloten hand tussen de slag van B en zijn eigen gezicht. Zijn open (of gesloten) hand beweegt zich naar achter. Er is tijdens deze verdediging geen zijdelingse druk tegen de slag van B. A beschermt zijn borst met de linkervuist³.

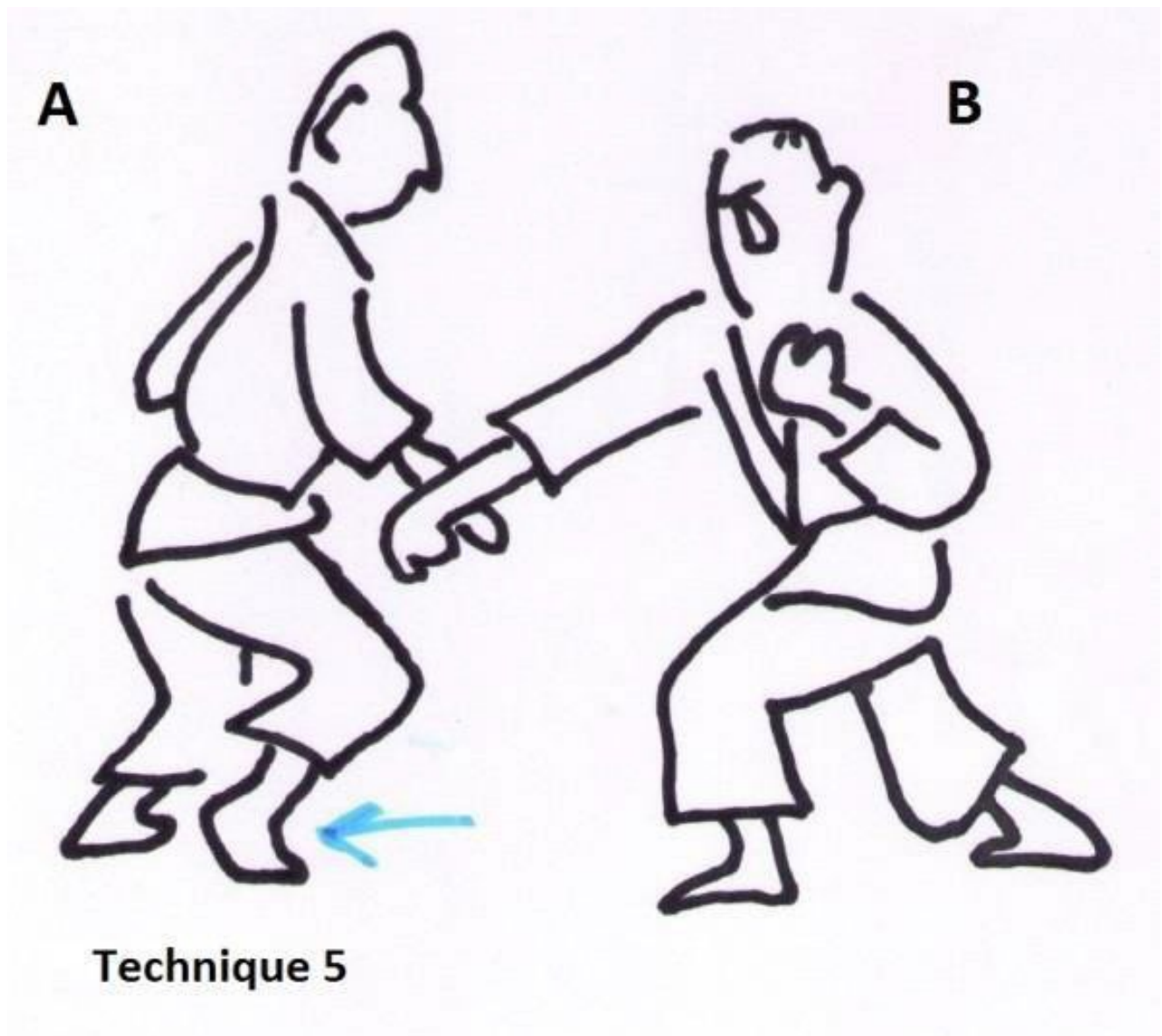


(³) Zie Kihon Kumite nummer 1, verdediging op eerste aanval.

Techniek 5

B merkt een opening bij A, slaat meteen met een Yori Ashi verplaatsing Chudan Gyaku Zuki en dekt met de linker vuist zijn borst.

A ontwijkt achteruit met Hikimi Neokoashi en veegt met de rechterhand de Gyaku Zuki van B. De rechter hand van A blijft plakken aan de rechterpols van B.

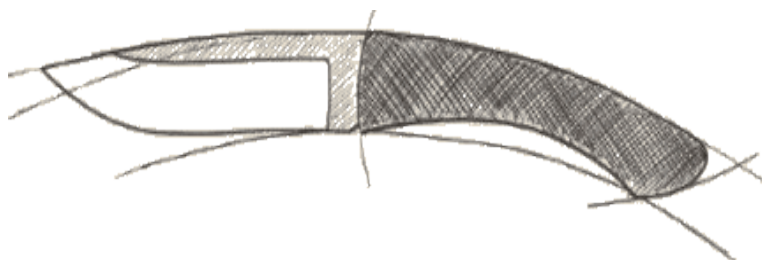


Verdedigen met Hikimi is belangrijk omdat B ver kan door gaan in zijn aanval en niet mag raken.

A trekt de buik in door de billen naar achter te trekken zodat de vuist van B niet kan raken. Afhankelijk van de slag van B kan dit gepaard gaan met een verplaatsing naar achter van de linkervoet gevolgd door de rechtervoet.

Opgelet, als A de romp te veel naar voor neigt wordt het gezicht of de borst bloot gesteld aan een andere aanval door B.

Tip!



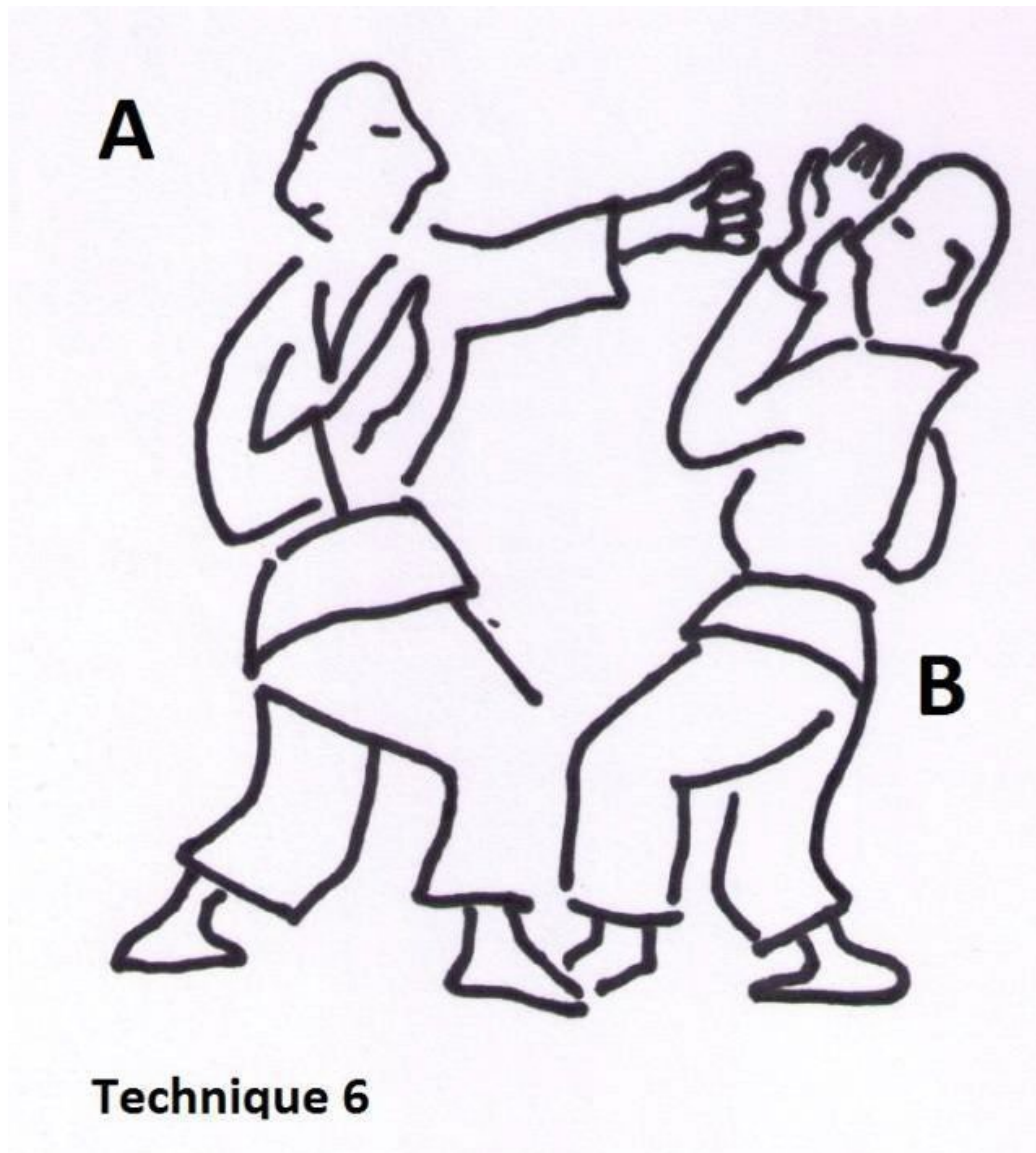
Een goede Hikimi maakt A door zich in beelden dat B met een dolk aanvalt en dat je in dat geval absoluut moet voorkomen dat je geraakt wordt!



Techniek 6

Bij de Techniek 5, ontwijkt A de vuist van B met Neko Ashi. De energie die A zo in het linkerbeen ontwikkelt is belangrijk om nu met de rechtersoet vooruit te komen om Gyaku Zuki Jodan links te slaan. A dekt zijn borst met de rechtersoet.

B ontwijkt vervolgens met Sorimi door een lichte beweging naar achter met de linkersoet.



B's linkerhand veegt de vuist van A met de Shuto Nagashi Uke van voor naar achter. B roteert de romp naar rechts terwijl die ietjes naar links neigt. Let er op dat het hoofd tijdens de Sorimi verdediging niet te dicht bij de slag komt.

Vorbereiding Techniek 7

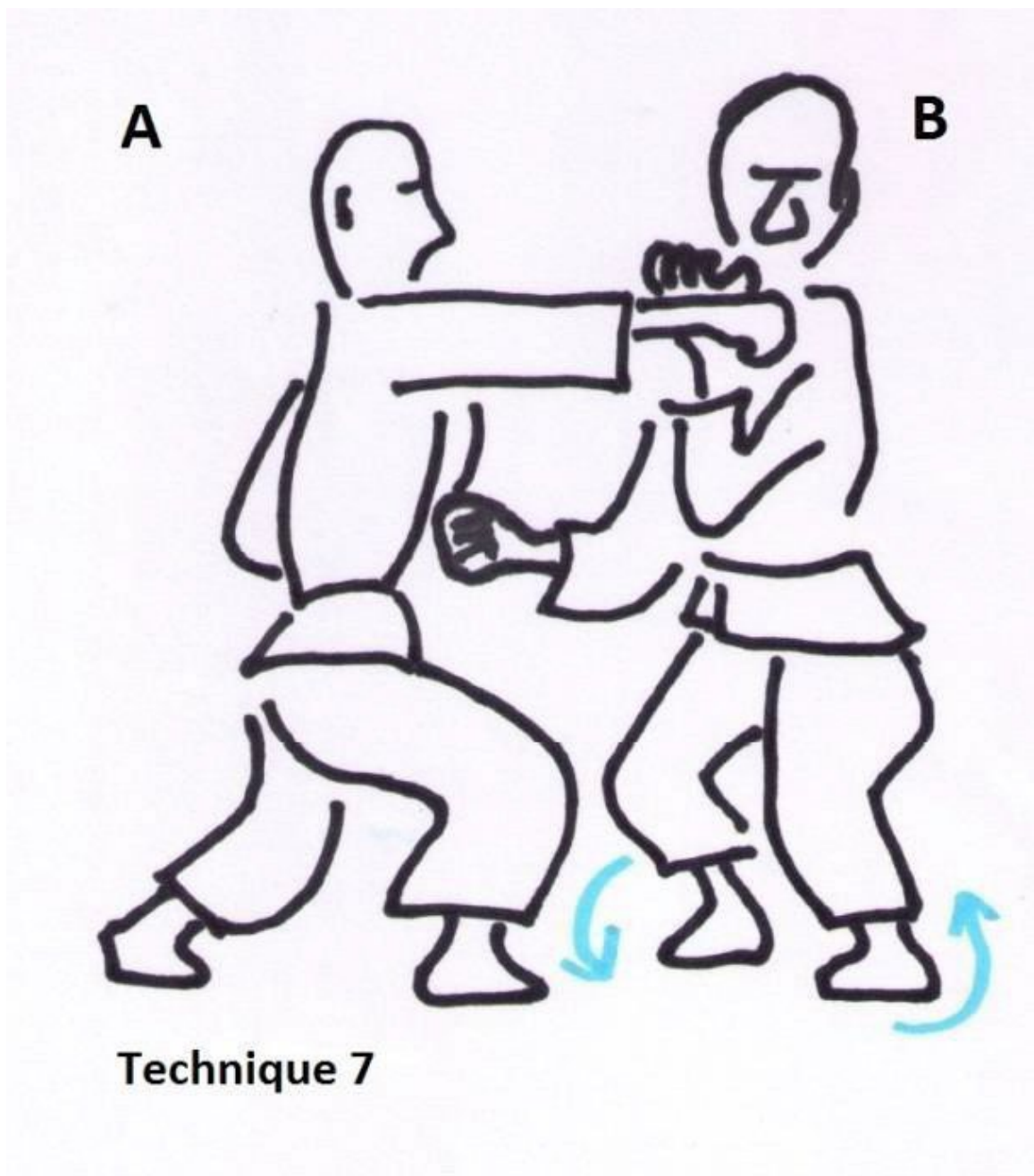
Hoewel B de aanval van A ontweek behoudt A het initiatief en valt aan met Junzuki Jodan.

Door de Sorimi verdediging behoudt B een grote energie in de heupen en het rechterbeen.



Techniek 7

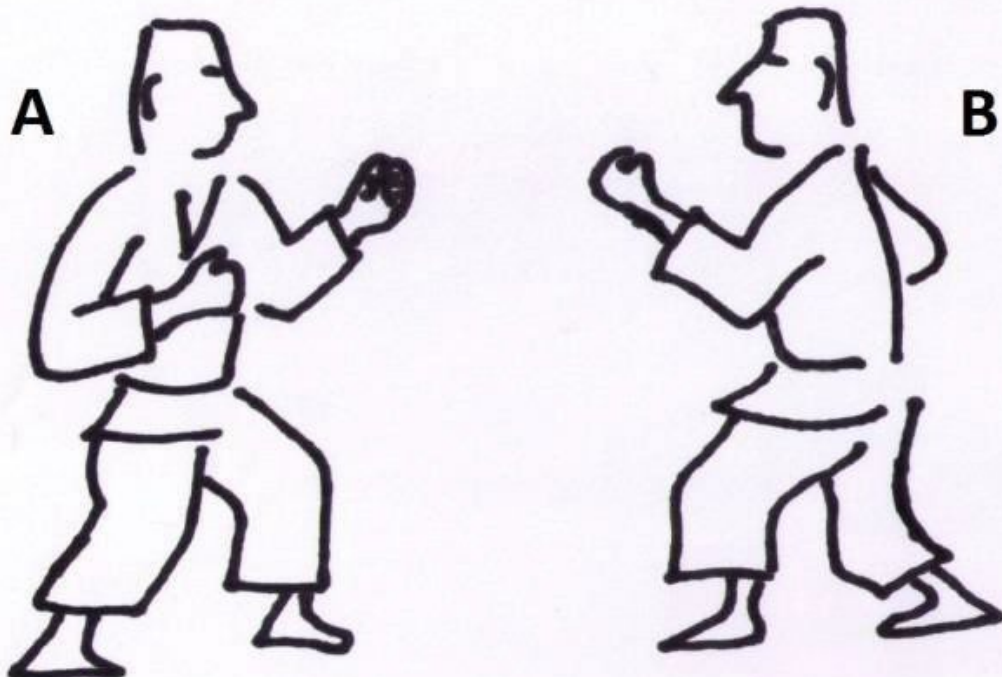
A valt snel Jun Zuki Jodan aan met de rechtervuist die de borst dekt. A maakt dus geen gebruik van Hikite. B ontwijkt met een Kaishin⁴ beweging 180° rechts rond zijn as te pivoteren terwijl hij gelijktijdig verdedigt met Haischu Uke met de linkerhand en rechts aanvalt met Urazuki Chudan. De eindstand is Seichan Dachi of Sanchin Dachi in functie van een al of niet grote Kaishin beweging.



Vorbereiding Techniek 8:

A en B schakelen bruusk over naar de Hidari Hanmi Gamae houding door gelijktijdig het rechterbeen naar achter te plaatsen. A en B blijven in Kamae gevechtshouding klaar om aan te vallen.

Als "Ma-Ai" te groot is, zal A, de aanvaller, B naderen. Zou B naderen dan valt A meteen aan.



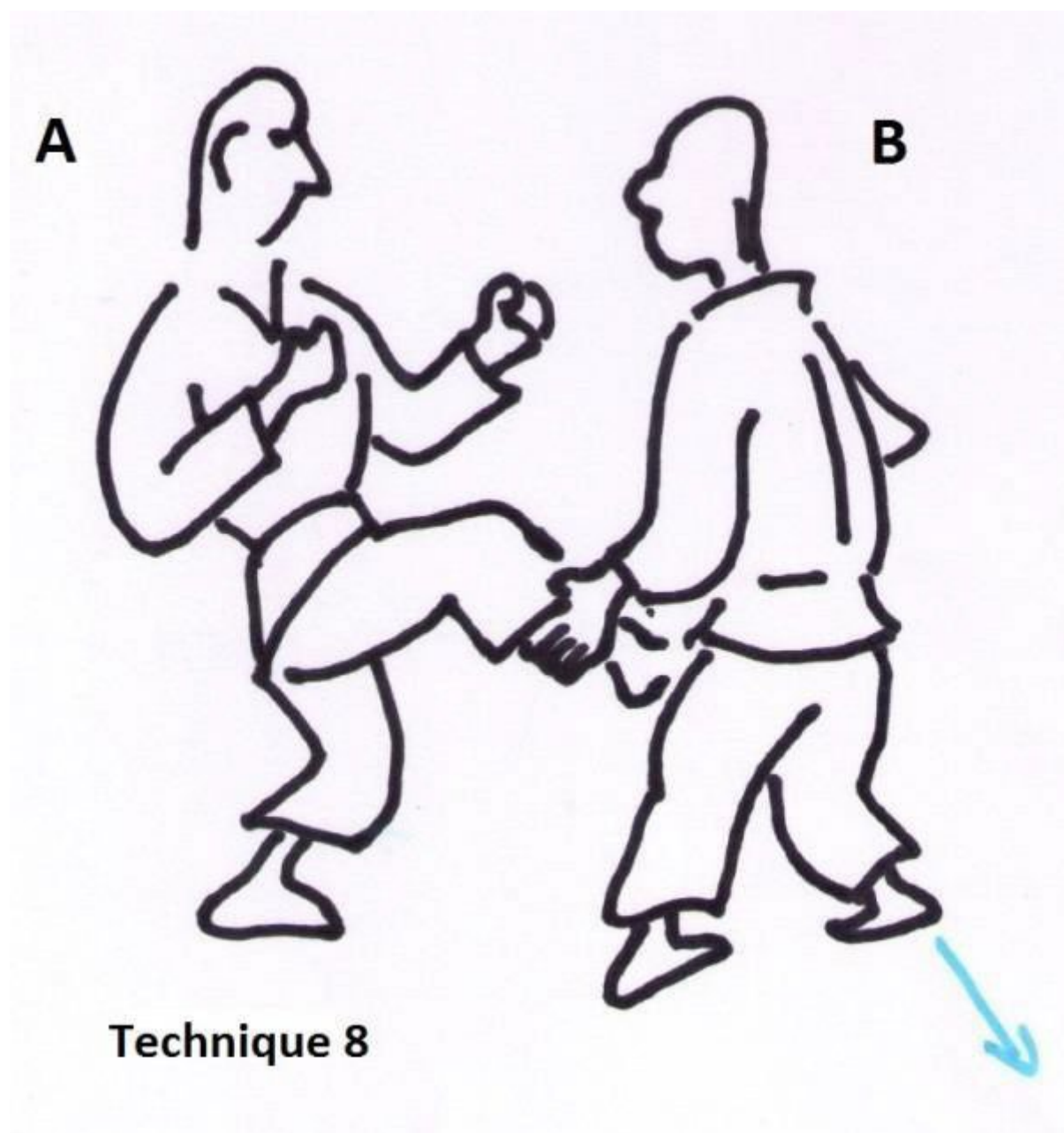
2ème KAMAE INTERMEDIAIRE

(⁴) Dit is de **moeilijkste beweging** van deze Renzoku Kumite. Dit verklaart gedeeltelijk waarom de rol van B in eerste instantie wordt vervuld door de meest gevorderde karateka.



Techniek 8

A schopt rechts Mae Geri Chudan Kekomi. B ontwijkt met Taisabaki door de linkervoet schuin naar voor te verplaatsen en met de linker arm en open hand Uchi barai Uke in een hoek te vegen tussen Mae Geri en het lichaam⁵. Bij deze Taisabaki, draaien de heupen stevig in de richting van de klok met een ruk van de rechterheup naar rechts



Opmerking.

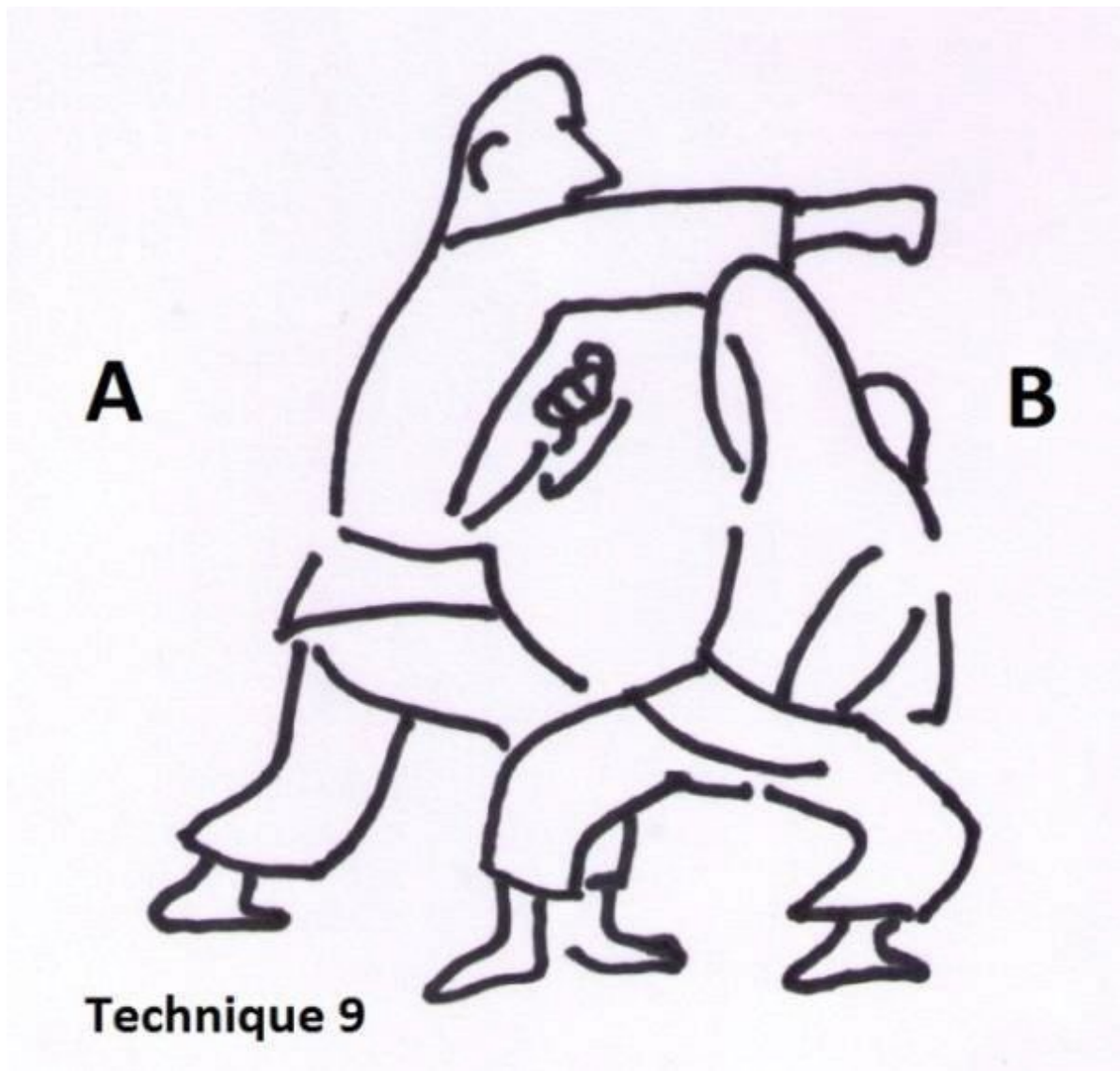
Eerder dan de linkerhand in een hoek te plaatsen tussen de Mae Geri en het lichaam kan men de onderarm met een veegbeweging het rechterbeen van B stevig wegduwen om B uit evenwicht te brengen. Maar dat is in deze oefening niet de afspraak.

(⁵) Nog nadrukkelijker dan in techniek 2 wordt verdediging van A met de handpalm niet met de arm geïnitieerd maar is het resultaat van het terugtrekken van de heupen.



Techniek 9

Ondanks dat B de Mae Geri aanval van A ontwijkt, beseft A dat B binnen het bereik van een volgende aanval blijft, en sluit meteen aan met Jodan Junzuki rechts. De linker vuist blijft de borst dekken. B heeft geen andere keuze dan te ontwijken door Chinshin en met Empi Uke links te verdedigen op de arm van A. De rechterarm van B ondersteunt de Empi Uke verdediging en beschermt tegelijk de borst. Bij Chinshin, kan B de linkervoet naar voor of de rechter voet naar achter schuiven om zijn verdediging te versterken en in een betere positie te plaatsen voor de volgende aanval.



Opmerking voor Mae Geri:

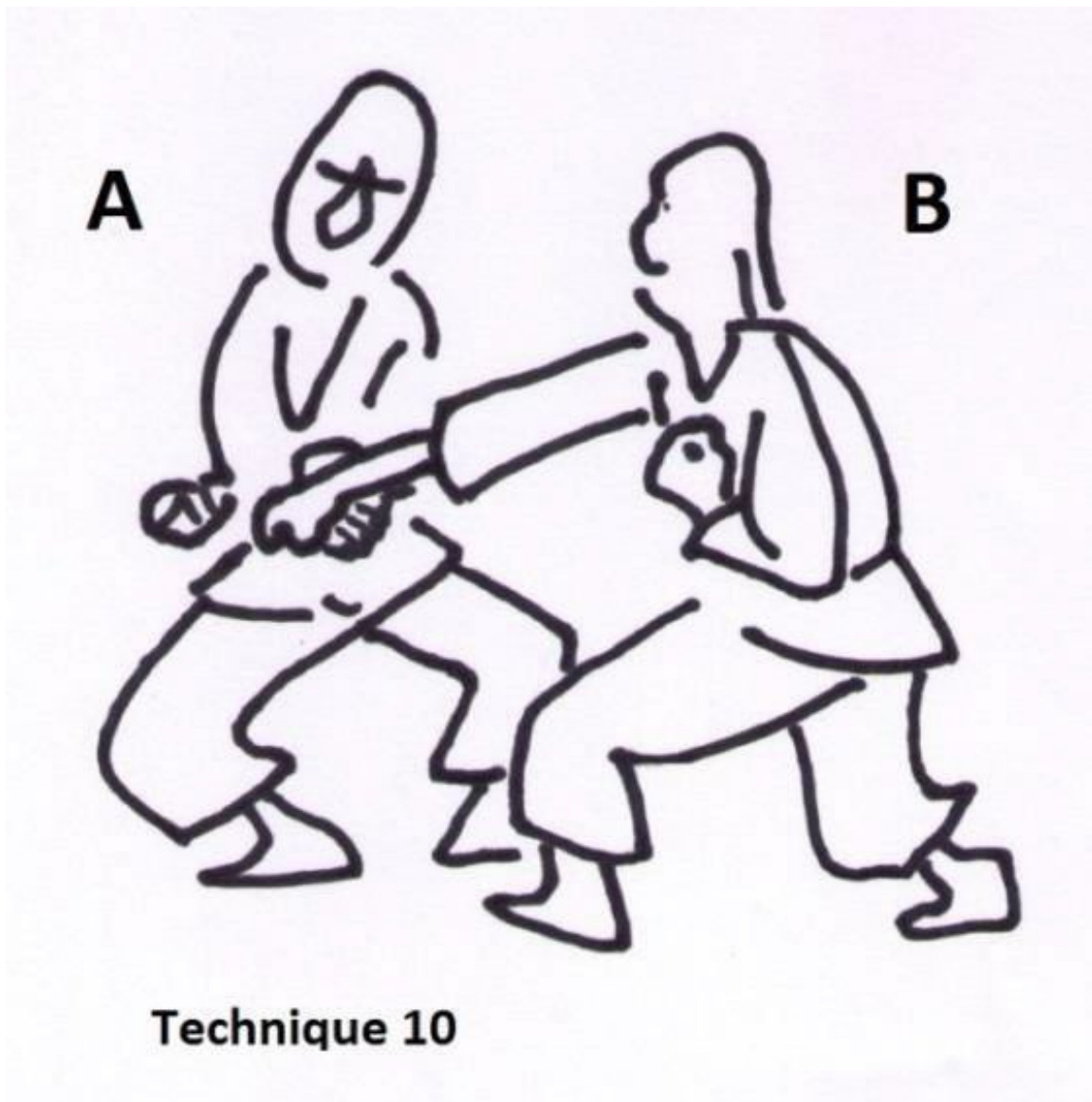
Omdat A het evenwicht zou bewaren en niet naar voor valt bij zijn Mae Geri Kekomi moet hij de aanvallende rechtersvoet zo snel mogelijk terugtrekken. Dit laat eventueel een tweede effectieve aanval toe.



Techniek 10

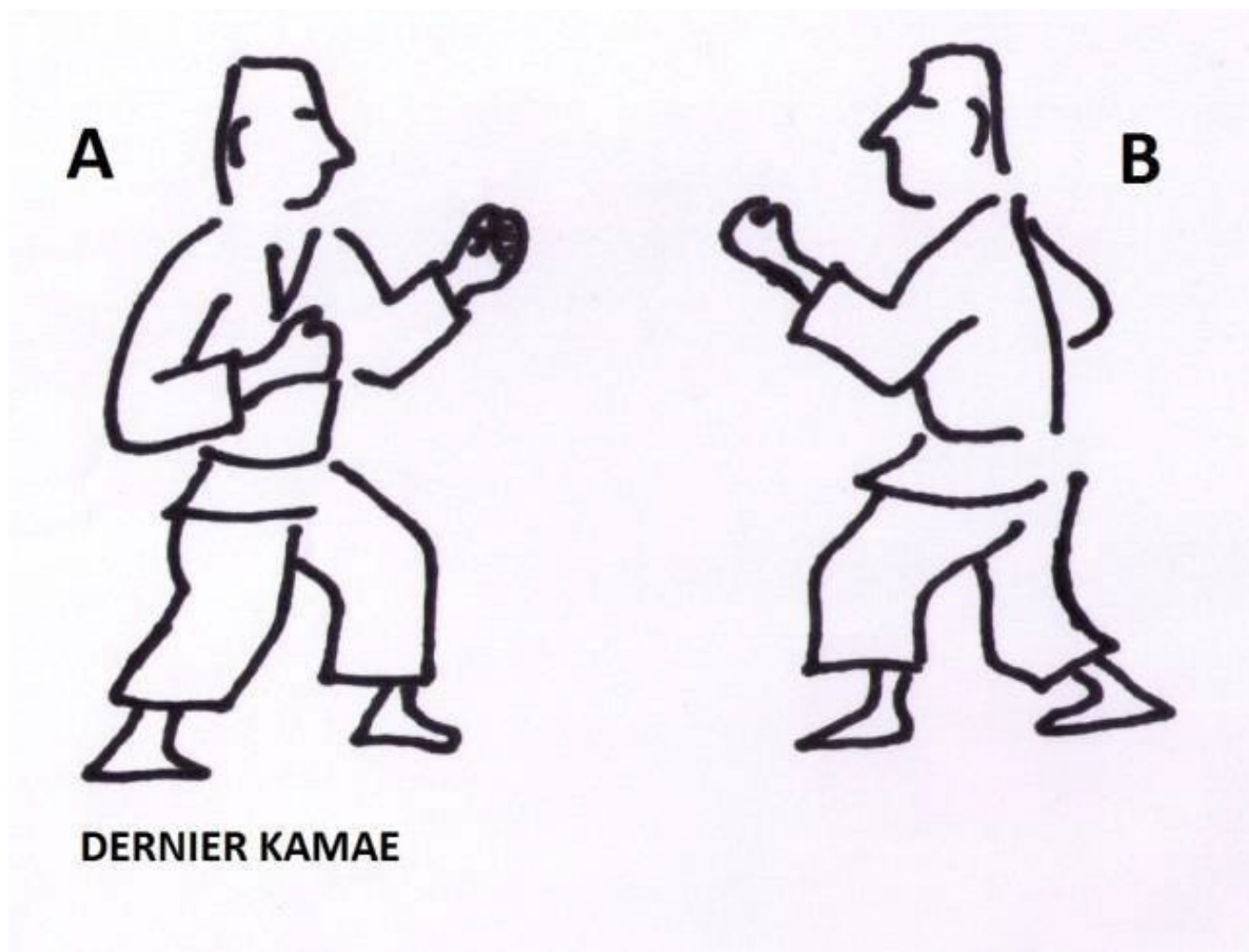
B valt onmiddellijk diep aan met Gyaku Zuki No Tsukkomi Chudan⁶ rechts terwijl hij met de linker arm de borst dekt.

A ontwijkt met Taisabaki en draait de heupen in een ruk 90 ° in de richting van de klok. Hierdoor volgt het rechterbeen met een zwaai naar achter. De palm van de linkerhand voert Barai uit op de pols of de onderarm van B. A ondersteunt de ontwijking en verdediging door de rechtervuist in Hikite te trekken. De eind positie is Shiko-Dachi.



(⁶) De aanval is hier uitdrukkelijker met Gyaku Zuki No Tsukkomi.

A en B moeten, zelfs op het allerlaatste moment, klaar zijn voor elke onmiddellijke aanval of verdediging ... en daarom ... houden ze elkaar nauwlettend in de gaten.



In spiegelbeeld vergroten A en B Ma-Ai met Yori-Ashi door de rechterheup gevolgd door de rechter en linkervoet naar achter te schuiven. Hoewel de spanning afneemt blijven de vuisten in Kamae houding.

De eindstand is Hidari Hanmi Gamae.



Ik dank Peter KEIJERS voor zijn waardevolle opmerkingen bij het schrijven van dit artikel. Peter nam ook de Nederlandse vertaling voor zijn rekening

De teksten en tekeningen kunnen geheel of gedeeltelijk gekopieerd worden in alle landen met als enige beperking:

- Vermelden van de bron
- Geen lucratief doel nastreven

Ter herinnering: verschillende van de vermelde technieken worden beschreven in de volgende werken:

Handleiding Karate Wado-Ryu voor Lesgever - Volume 2 - KIHON - Yoshikazu KAMIGAITO

Handleiding Karate Wado-Ryu voor Lesgever - Volume 4 - HOGERE KATAS - Yoshikazu KAMIGAITO

Handleiding Karate Wado-Ryu voor Lesgever - Volume 5 - BASIS YAKUSOKU KUMITE - Yoshikazu KAMIGAITO

Verantwoordelijke Uitgever:

Xavier WISPENNINCKX

Oude Vijvers 1

B-3370

Boutersem

Belgique

admin@wado-kamigaito-ryu.be



De auteur : **Yoshikazu KAMIGAITO Sensei**
(1937 - 2014)

Meer informatie, boeken, foto's, video's
over Kamigaito Yoshikazu Sensei:

www.wado-kamigaito-ryu.be

U mag alle foto's, artikelen, publicaties, video's van deze site
www.wado-kamigaito-ryu.be onder 2 voorwaarden gebruiken:

1. U moet altijd de bron vermelden.
2. In geen geval kan dit gebruik voor winst zijn.

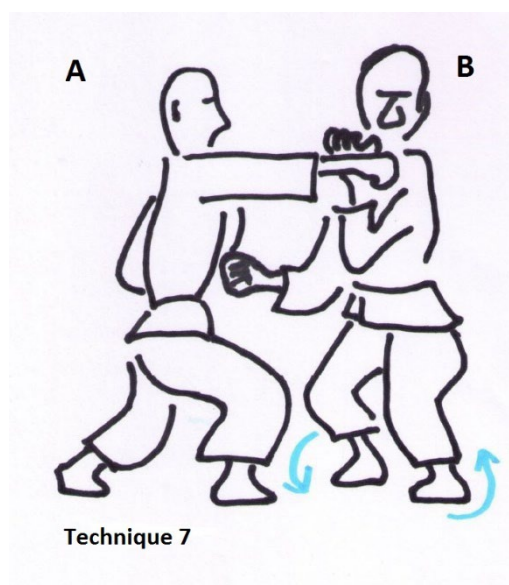


RENZOKU KUMITE

Wado-Ryu

Augustus 2026

www.wado-kamigaito-ryu.be



Meester Yoshikazu KAMIGAITO (1937-2014) begon in 1962 met Wado-Ryu-karate onder leiding van meester Munekazu MIWA in Nagoya, Japan.

Kamigaito Sensei (toen 6e dan in Wado-Ryu-karate en 3e dan in Nippon Kempo) kwam in de herfst van 1972 vanuit Japan naar België.

Hij heeft daar talrijke clubs getraind in België, het Groothertogdom Luxemburg en af en toe ook in Afrika. In 1990 keerde hij terug naar Japan, nadat hij een groot aantal zwarte banden had opgeleid.

Zijn onderwijs van zeer hoge kwaliteit weerspiegelde altijd de leerstellingen van de Wado-Ryu-school van de stichter Meijin Hironori OHTSUKA.

Zijn talrijke boeken over Wado-Ryu-karate vormen een ware schat.

De website <https://wado-kamigaito-ryu.be/nl/home-nederlands/> is gewijd aan het werk van Kamigaito Sensei.