

## Übersicht: Pfeilablage im Wettkampf – Gensoku und Kan’i Hô

Beim Wettkampf werden zwei Arten der Pfeilablage unterschieden:

Gensoku (Standard, ursprüngliche Form) und Kan’i Hô (vereinfachte, schnellere Form). Grundsätzlich ist von Gensoku auszugehen. Soll Kan’i Hô praktiziert werden, z.B. bei Zeitlimit, steht das in der Wettkampfausschreibung bzw. die Wettkampfleitung gibt dies vor Ort bekannt.

Taihai Form	Zasha (sitzend)	Rissha (stehend) <sup>1)</sup>
	Pfeile liegen auf der <b>Shai</b> mit den	
Heki	<b>Spitzen</b>	<b>Schaftmitten</b>
ANKF (Gensoku)	<b>Schaftmitten</b> Alle vier Pfeile ablegen, dann zwei wieder aufnehmen	<b>Spitzen</b> Alle vier Pfeile ablegen, dann zwei wieder aufnehmen
ANKF (Kan’i Hô)	<b>Spitzen</b> Zwei Pfeile ablegen, zwei behalten	<b>Spitzen</b> Zwei Pfeile ablegen, zwei behalten

db 2023

<sup>1)</sup>Stehende Schützen gleichen ihre Bewegungen denen der sitzenden Schützen an.

### Gensoku

Grundregel, Standard, Prinzip

#### The Way of Handling a Set of Four Arrows

In competition, when a set of four arrows are brought to the shooting position (*Shai*) and one of the pair of arrows is picked up, the archer sits in the *Kiza* posture, and after turning into the side position (*Waki-Shômen*) lowers the tip of the bow (*Urahazu*) until it touches the floor to the right side of the archer in front. Then placing the set of four arrows to the front, one pair of arrows is picked up, and standing the bow to the inside the pair of arrows remaining on the floor, nock on the arrows (*Yatsugae*).

1. The bow is lowered (the upper tip (*Urahazu*) touches the floor) after making the turn into the side facing position (*Waki-Shômen*) and the set of four arrows is placed in front of the archer.
2. Taking hold of the nocks of one pair of arrows (*Hitote*) from the set of four
3. Holding the nocks, the pair of arrows is brought to the right side.
4. Taking hold of the arrows at either the first joint (*Itsukebushi*) or the tip segment (*Itatsuki*), and then placing the right fist on the hip.
5. Standing the bow to the centre of the body and nocking the arrows (*Yatsugae*).

Vgl: ANKF Kyôhon Bd. 1 Seite 182, englische Fassung, S. 115f (Übersetzung Liam O’Brian)  
Hier findet man auch Bilder zum Text. Die deutsche Übersetzung des Kyudo Manual durch Prof. Dr. Hans-Peter Rodenberg ist auf der Homepage des DKyUB e.V. eingestellt.

### Kan’i Hô

vereinfachte Regel (schneller, leichter, vereinfacht)

Vereinfachte Methode zur Handhabung von vier Pfeilen (sitzendes Schießen)

(1) Drehen Sie sich nach Wakishômen und senken Sie gleichzeitig den Bogen ab (mit der Urahazu auf den Boden). Legen Sie 2 der Pfeile vor dem Körper ab (mit der Itatsuki in der Mitte).

(2) Die rechte Faust geht zur Hüfte, während man die anderen zwei Pfeile hält.

(3) Der Bogen wird zwischen den abgelegten Pfeilen und dem Körper vor der Körpermitte aufgestellt und die Pfeile werden eingelegt.

(4) Die nächsten zwei Pfeile werden aufgenommen und gehalten (am Itsukebushi oder an den Spitzen). Die rechte Faust geht zur Hüfte.

(5) Man stellt den Bogen vor der Mitte des Körpers auf und legt die Pfeile ein.

Aus: Anhang zu Artikel 15, Nr. 3 der WO der ANKF (gültig seit Dezember 2007)  
Übersetzung Thomas Baer 2023