

Kihon

Seitei Jo et Shindo Muso Ryu

Kihon

- Honté Uchi
- Gyakuté Uchi
- Hikiotoshi Uchi
- Kaéshi Tsuki
- Gyakuté Tsuki
- Makiotoshi
- Kuritsuké
- Kuri Hanashi
- Tai Atari
- Tsuki Hadzushi Uchi
- Dobarai Uchi
- Tai Hadzushi Uchi

Les 12 Kihon cités ci-dessus sont les principes fondamentaux du Jodo, ce sont des formes d'apprentissage qui permettront d'effectuer les Kata de Jodo librement et plus naturellement.

Seitei Jo

- Tsukizué
- Suigetsu
- Hissage
- Shamen
- Sakan
- Monomi
- Kasumi
- Tachiotoshi
- Rai Uchi
- Seigan
- Midaredome
- Ran Ai



Shinden Muso Ryû (shoden)

- Tachi Otoshi (Seitei Jo)
- Tsuba Wari
- Tsukizué (Seitei Jo)
- Hissagé (ko tachi)
- Sakan (Seitei Jo)
- Monomi (Seitei Jo)
- Kasa no shita
- Ishi Rei
- Neya no Uchi
- Hoso Michi