



修明会

TOKUSHIMA DOJO

PALAZZETTO DELLO SPORT
PIAZZALE SEGNI SASSARI



PROGRAMMA degli ESAMI di AIKIDO

Redatto interamente dal M° Roland Guyonnet e in vigore esclusivamente all'interno del Tokushima Dojo di Sassari.

6° kyu	pag. 1
5° kyu	pag. 2
4° kyu	pag. 3
3° kyu	pag. 4
2° kyu	pag. 6
1° kyu	pag. 8
1° dan	pag. 10

6° KYU

TACHI-WAZA

- Katatetori Ai-hanmi	Ikkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Irimi-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
	Kote-Gaeshi	<i>(Omote e Ura)</i>
	Shiho-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
- Shomen-Uchi	Irimi-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>

SUWARI-WAZA

- Shikko
- Kokyu-Ho

ARMI *(Jo – Bokken – Shinai)*

- Suburi	Shomen
- Kamae	Jodan no Kamae
	Chudan no Kamae
	Gedan no Kamae
	Hasso no Kamae
	Waki Kamae

5° KYU

TACHI-WAZA

- Shomen-Uchi	Ikkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Uchikaiten Sankyo	<i>(Irimi e Tenkan)</i>
	Kote-Gaeshi	<i>(Irimi e Tenkan)</i>
- Katatetori Gyaku-hanmi	Ikkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Udekime-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
	Tenchi-Nage	<i>(Irimi e Tenkan)</i>
	Tenbin-Nage	<i>(Irimi e Tenkan)</i>
- Katatori	Ikkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Irimi-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>

SUWARI-WAZA

- Shomen-Uchi	Ikkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Irimi-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>

ARMI *(Jo – Bokken – Shinai)*

- Suburi	Yokomen
----------	---------

4° KYU

TACHI-WAZA

- Shomen-Uchi	Uchikaiten-Nage Sotokaiten-Nage	
- Yokomen-Uchi <i>(Irimi e Irimi-tenkan)</i>	Ikkyo Shiho-Nage Irimi-Nage Kote-Gaeshi Udekime-Nage	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>
- Katatetori Gyaku-hanmi	Nikyo Uchikaiten Sankyo Uchikaiten-Nage Sotokaiten-Nage	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>
- Ryotetori	Ikkyo Nikyo Shiho-Nage Udekime-Nage Tenchi-Nage Kokyu-Nage	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>
- Katate Ryotetori	Kokyu-Nage	
- Katatori	Nikyo	<i>(Irimi e Tenkan)</i>
- Chudan Tsuki	Ikkyo Irimi-Nage Kote-Gaeshi	<i>(Omote e Ura)</i>

SUWARI-WAZA

- Shomen-Uchi	Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i>
- Katatori	Ikkyo Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>

ARMI *(Jo – Bokken – Shinai)*

- Aiki-ken	Ichi no Tachi	
- Aiki-jo	Tsuki	<i>(Hidari e Migi)</i>

3° KYU

TACHI-WAZA

- Shomen-Uchi	Yonkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Gokyo	<i>(Omote e Ura)</i>
- Yokomen-Uchi	Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i>
<i>(Irimi e Irimi-tenkan)</i>	Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Uchikaiten Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Uchikaiten-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
	Tenchi-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
- Katatetori Gyaku-hanmi	Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Irimi-Nage	<i>(Irimi e Tenkan)</i>
	Kote-Gaeshi	<i>(Irimi e Tenkan)</i>
- Ryotetori	Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Yonkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Uchikaiten Sankyo-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
	Irimi-Nage	
- Katate Ryotetori	Ikkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Irimi-Nage	
	Kote-Gaeshi	
	Kokyu-Nage	
- Katatori	Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Yonkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Uchikaiten Sankyo-Nage	
- Chudan Tsuki	Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Sotokaiten-Nage	
	Uchikaiten-Nage	

USHIRO-WAZA

- Ryotetori	Ikkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Hijikimeosae	
	Shiho-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
	Irimi-Nage	
	Kote-Gaeshi	

SUWARI-WAZA

- Shomen-Uchi	Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Kote-Gaeshi	
- Katatori	Sankyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Yonkyo	<i>(Omote e Ura)</i>
	Irimi-Nage	

ARMI (Jo – Bokken – Shinai)

- Aiki-ken	Ni no Tachi
	San no Tachi

2° KYU

TACHI-WAZA

- Shomen-Uchi	Hijikimeosae Ushiro Kiri Otoshi	(<i>Omote e Ura</i>)
	Shiho-Nage	(<i>Omote e Ura</i>)
	Aiki Otoshi	(<i>Omote e Ura</i>)
- Yokomen-Uchi (<i>Irimi e Irimi-tenkan</i>)	Yonkyo Gokyo Kokyu-Nage	(<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>)
- Katate Ryotetori	Sankyo Yonkyo Shiho-Nage	(<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>)
- Katatori-Men-Uchi (<i>Irimi e Irimi-tenkan</i>)	Ikkyo Nikyo Sankyo Yonkyo	(<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>)
- Munetori	Ikkyo Nikyo Sankyo Yonkyo	(<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>)
- Chudan Tsuki	Udekime-Nage Koshi-Nage Kokyu-Nage	(<i>Omote e Ura</i>)
- Jodan Tsuki	Ikkyo Nikyo Hijikimeosae	(<i>Omote e Ura</i>) (<i>Omote e Ura</i>)

USHIRO-WAZA

- Ryotetori	Yonkyo Kokyu-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
- Ryokatatori	Ikkyo Nikyo Sankyo Irimi-Nage Kote-Gaeshi	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>
- Katatetori Kubishime	Ikkyo Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>

SUWARI-WAZA

- Shomen-Uchi	Yonkyo Sotokaiten-Nage	<i>(Omote e Ura)</i>
- Ryokatatori	Ikkyo Nikyo	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>

ARMI *(Jo – Bokken – Shinai)*

- Aiki-ken	Ki-Musubi no Tachi
------------	--------------------

1° KYU

TACHI-WAZA

- Shomen-Uchi	Kokyu-Nage Koshi-Nage	
- Yokomen-Uchi	Koshi-Nage	
- Katate Ryotetori	Sankyo	
- Katatori-Men-Uchi <i>(Irimi e Irimi-tenkan)</i>	Irimi-Nage Shiho-Nage Udekime-Nage Kote-Gaeshi Kokyu-Nage Koshi-Nage	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>
- Chudan Tsuki	Sankyo Yonkyo Hijikimeosae Udegarami	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>
- Jodan Tsuki	Sankyo Yonkyo Gokyo Shiho-Nage Irimi-Nage Kote-Gaeshi Sotokaiten-Nage Ushiro Kiri Otoshi Koshi-Nage Kokyu-Nage	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>
- Munetori-Men-Uchi	Ikkyo Nikyo Sankyo Yonkyo Shiho-Nage Udekime-Nage Koshi-Nage Kokyu-Nage Irimi-Nage Uchikaiten Sankyo-Nage	<i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i> <i>(Omote e Ura)</i>

- Munetori

Shiho-Nage
Udekime-Nage
Kokyu-Nage

USHIRO-WAZA

- Katatetori Kubishime

Sankyo *(Omote e Ura)*
Yonkyo *(Omote e Ura)*
Irimi-Nage
Kote-Gaeshi

- Ryotetori

Juji Garami-Nage
Udekime-Nage *(Omote e Ura)*
Aiki-Otoshi

- Ryokatatori

Yonkyo *(Omote e Ura)*
Kokyu-Nage
Aiki-Otoshi

- Ryo Hiji Dori

Irimi-Nage
Kote-Gaeshi
Koshi-Nage
Hijikimeosae

- Eri Tori

Ikkyo *(Omote e Ura)*
Nikyo *(Omote e Ura)*
Sankyo *(Omote e Ura)*
Yonkyo *(Omote e Ura)*
Kokyu-Nage
Hijikimeosae

SUWARI-WAZA

- Shomen-Uchi

Kokyu-Nage

- Ryokatatori

Sankyo *(Omote e Ura)*
Yonkyo *(Omote e Ura)*

- Katatori-Men-Uchi

Ikkyo *(Omote e Ura)*
Irimi-Nage
Kote-Gaeshi

1° DAN

TACHI-WAZA

- Tutto il programma precedente

USHIRO-WAZA

- Tutto il programma precedente

SUWARI-WAZA

- Tutto il programma precedente

ARMI (*Jo – Bokken – Shinai*)

- Tutto il programma precedente

HANMI-HAN-TACHI-WAZA

TANTO DORI

TACHI DORI

JO DORI
