

PROGRAMMA DI ESAMI

合
気
道
六
段

柔
道
六
段

6° KYU

AIKITAISO
UKEMI
TAISABAKI

TACHIWAZA

Katatetori aihanmi iriminage
Katatetori aihanmi kotegaeshi
Katatetori aihanmi ikkyo (omote e ura)
Katatetori aihanmi shihonage (omote e ura)
Katatetori aihanmi uchikaiten sankyo

Shomenuchi iriminage

5° KYU

KOKYUHO
SHIKKO

TACHIWAZA

Shomenuchi ikkyo (omote e ura)
Shomenuchi nikyo (omote e ura)
Shomenuchi kotegaeshi

Chudantsuki iriminage
Chudantsuki kotegaeshi (irimi e tenkan)

Katatetori gyakuhanmi shihonage (omote e ura)
Katatetori gyakuhanmi tenchinage
Katatetori gyakuhanmi udekimenage (irimi e tenkan)

Katateriyotetori kokyunage

Katatori ikkyo (omote e ura)

SUWARIWAZA

Shomenuchi ikkyo (omote e ura)

Katatori ikkyo (omote e ura)

4° KYU

TACHIWAZA

Shomenuchi sankyo (omote e ura)
Shomenuchi uchikaiten sankyo

Yokomenuchi shihonage (omote e ura)
Yokomenuchi iriminage
Yokomenuchi kotegaeshi
Yokomenuchi udekimenage

Chudantsuki hijikimeosae

Jodantsuki ikkyo (omote e ura)

Ryotetori shihonage
Ryotetori tenchinage
Ryotetori udekimenage
Ryotetori ikkyo (omote e ura)

Katatetori gyakuhanmi nikyo (omote e ura)

Katateriyotetori kotegaeshi

SUWARIWAZA

Shomenuchi nikyo (omote e ura)

Katatori nikyo (omote e ura)

Ryotetori kokyuhō

3° KYU

TACHIWAZA

Shomenuchi yonkyo (omote e ura)
Shomenuchi gokyo

Yokomenuchi ikkyo (omote e ura)
Yokomenuchi uchikaiten sankyo

Chudantsuky uchikaiten sankyo

Jodantsuki kotegaeshi
Jodantsuki shihonage

Katatetori gyakuhanmi uchikaitennage
Katatetori gyakuhanmi sankyo (omote e ura)
Katatetori gyakuhanmi yonkyo (omote e ura)

Katateriyotetori ikkyo (omote e ura)
Katateriyotetori nikyo

Ryotetori iriminage
Ryotetori Kotegaeshi
Ryotetori kokyunage

USHIROWAZA

Ryotetori ikkyo (omote e ura)
Ryotetori nikyo (omote e ura)
Ryotetori sankyo (omote e ura)
Ryotetori hijikimeosae
Ryotetori kotegaeshi
Ryotetori shihonage
Ryotetori iriminage

SUWARIWAZA

Shomenuchi iriminage
Shomenuchi kotegaeshi
Shomenuchi sankyo (omote e ura)

Katatori nikyo (omote e ura)
Katatori sankyo (omote e ura)

2° KYU

TACHIWAZA

Shomenuchi jiyuwaza

Yokomenuchi nikkyo (omote e ura)

Yokomenuchi sankyo (omote e ura)

Yokomenuchi yonkyo (omote e ura)

Yokomenuchi gokyo

Yokomenuchi koshinage

Munetori ikkyo (omote e ura)

Munetori shihonage

Munetori uchikaytensankyo

Katatori menuchi shihonage

Katatori menuchi kotegaeshi

Katatori menuchi iriminage

Katatori menuchi kokyunage

Katatory menuchi ikkyo (omote e ura)

Jodantsuki nikyo (omote e ura)

Jodantsuki sankyo (omote e ura)

Aiki nage (sequenza di tre movimenti)

USHIROWAZA

Eritori ikkyo

Ryokatatori ikkyo

Ryokatatori nikyo

Ryokatatori sankyo

Ryokatatori iriminage

Ryokatatori kotegaeshi

Ryohijitori kotegaeshi

Ryohijitori iriminage

Katatetori kubishime ikkyo

SUWARIWAZA

Somenuchi yonkyo (omote e ura)

Ryokatatori ikkyo (omote e ura)

Chudantsuki kotegaeshi

Jodantsuki ikkyo (omote e ura)

1° KYU

TACHIWAZA

Yokomenuchi jiyuwaza

Chudantsuki jiyuwaza

Munetori menuchi ikkyo (omote e ura)

Munetori menuchi nikyo (omote e ura)

Munetori menuchi sankyo (omote e ura)

Jodantsuki koshinage

Jodantsuki iriminage

Jodantsuki shihonage (omote e ura)

Jodantsuki ushirokiriotoshi

USHIROWAZA

Ryotetori yonkyo (omote e ura)

Ryotetori kokyunage

Katatetori kubishime sankyo

Katatetori kubishime hijikimeosae

Eritori sankyo

HANMIHANTACHIWAZA

Katatetori shihonage

Katatetory ikkyo (omote e ura)

Ryotetori shihonage

SUWARIWAZA

Shomenuchi jiyuwaza

Ryokatatory sankyo (omote e ura)

Ryokatatori yonkyo (omote e ura)

Katatori menuchi iriminage

Katatori menuchi kotegaeshi