



Programma d'esame per il passaggio al grado

■■■■ YONDAN

Sono richiesti: la perfetta conoscenza dei programmi precedenti, la storia dell'Aikido, la storia del Fondatore O Sensei Morihei Ueshiba, 4 anni dal conseguimento del grado precedente, la partecipazione continua agli stage Dantai e ai Seminar di aggiornamento tecnico tenuti dal Direttore Tecnico. Al candidato è richiesta inoltre la presentazione del curriculum personale e una tesi sulla storia dell'Aikido.

Katate Dori Kokyu Nage (4 forme – Kihon/Ki No Nagare)
Katate Dori Sumi Otoshi
Kata Dori Kokyu Nage (3 Forme)
Ryo Eri Jime Kokyu Nage (3 forme)
Ushiro Ryokata Dori Kokyu Nage (6 Forme)
Ushiro Ryokata Dori Aiki Otoshi (2 Forme)
Ushiro Katate Muna Dori Kokyu Nage (3 forme)
Ushiro Eri Kubi Dori Kokyu Nage (4 Forme)
Ushiro Eri Kubi Dori Ude Garami
Ushiro Eri Kubi Dori Katame Waza
Ushiro Eri Kubi Dori Shiho Nage Ki No Nagare (Omote e Ura Waza)
Ushiro Dori Kokyu Nage

FUTARI DORI

Sannin Dori Kokyu Nage

Ki No Nagare delle seguenti serie:

Morote Dori Koshi Nage (5 Forme: Shita Kara Ue Ni/Ue Kara Shita Ni) (Chuku sen)
Ryote Dori Kokyu Nage (3 Forme)
Ryote Dori Tenchi Nage (Omote e Ura Waza)
Ryokata Dori Kokyu Nage (3 Forme)

Jo Dori: il programma completo

Jo Dori Tzuki (10 forma da Ai Hanmi e 10 forme da Gyaku Hanmi)

Jo Mochi Nage Waza: il programma completo

Ryo Mochi Dori (12 forme)

Tachi Dori: il programma completo

Tachi Dori Shomen Uchi Ai Hanmi e Gyaku Hanmi

Tanken Dori: il programma completo.

Jokomen Uchi - Choku Tzuki – Shomen Uchi

San Ju Ichi No Kumi Jo

Ju San No Jo Awase