



DANTAI
PRATICARE
AIKIDO

PROGRAMMA D'ESAME
PER IL PASSAGGIO AL GRADO
■■ NIDAN

Requisiti minimi richiesti: età minima 18 anni, 24 mesi dal conseguimento del grado Shodan (ovvero 240 ore di allenamento continuo). Il Candidato deve dimostrare facilità e scorrevolezza nell' esecuzione della tecnica. Sia Tori che Uke devono emettere un forte Kiai.

1. KATATE DORI TAI NO HENKO (Forma Kihon e Forma Ki No Nagare)
2. MOROTE DORI KOKYU HO (1° e 2° Forma)

TAIJUTSU TACHIWAZA

1. YOKOMENUCHI IKKYO Omote e Ura Waza
2. YOKOMENUCHI NIKYO Omote e Ura Waza
3. YOKOMENUCHI SANKYO Omote e Ura Waza
4. YOKOMENUCHI YONKYO Omote e Ura Waza
5. YOKOMENUCHI GOKYO Ura Waza

TAIJUTSU NAGEWAZA

Il candidato sceglie le prese e/o gli attacchi ed esegue tre tecniche per ognuna delle seguenti richieste:

1. IRIMINAGE
2. SHIHONAGE
3. KOTEGAESHI
4. KOSHINAGE
5. KAITENNAGE
6. KOKYUNAGE

SUWARIWAZA

1. RYOTE DORI KOKYU HO
2. SHOMENUCHI IKKYO Omote e Ura Waza
3. SHOMENUCHI IRIMINAGE

HANMI hANTACHIWAZA

1. KATATE DORI KAITENAGE Uchi Mawari
2. KATATE DORI KOKYUNAGE

TANINZU GAKE

Il Candidato sceglie le prese e/o gli attacchi ed esegue Taninzu Gake con tre Uke almeno per un minuto.

BUKIDORI

Il candidato esegue almeno tre tecniche per ognuna delle seguenti richieste:

1. JO DORI (attacco Tsuki)
2. TACHI DORI (attacco Shomen Uchi)
3. TANKEN DORI (attacchi scelti dal Candidato)

BUKIWAZA

1. 13 NO JO KATA (Jusan No Jo)
2. 31 NO JO KATA (Sanjuichi No Jo Kata)
3. 7 JO NO AWASE
4. KUMI JO 1° e 2°
5. 4 KEN NO AWASE (Hidari, Migi, Go, Shichi)
6. KUMI TACHI 1° e 2°

La Commissione esaminatrice, durante lo svolgimento dell'Esame, potrà richiedere la ripetizione delle tecniche ritenute non soddisfacenti; nonché avanzare richiesta per forme mancanti.