

Examens Yondan



**Le candidat se présentera à l'examen
avec deux uke de son choix de grade nidan ou sandan.**

Suwariwaza (Avec un partenaire)

- Kata dori
Ikkyo - Nikyo - Sankyo - Yonkyo (Tout en omote et ura)
- Katate dori
Iriminage
- Yokomen Uchi Jyuwaza

Hanmihandachiwaza (Avec 1 partenaire)

- Katate Dori
Ikkyo - Nikyo - Shihonage - Kaitenage (Tout en omote et ura)
Kokyunage
- Ryo Katate Dori
Shihonage (Omote et ura)
- Shomen Uchi Jyuwaza

Tachiwaza (Avec 1 partenaire)

- Chudan Tsuki
Ikkyo - Kotegaeshi - Uchi Kaiten Sankyo - Iriminage
- Jodan Tsuki
Kotegaeshi - Shihonage - Kokyunage - Hijikimeosae
- Morote Dori Jyuwaza

Question technique : Tori choisit, montre et explicite un mouvement de son choix devant la CFG

Ushirowaza (Avec 1 partenaire)

- Ryo Katate Dori
Ikkyo - Nikyo (Tout en omote et ura) - Iriminage
- Katate Dori Kubishime
Ikkyo - Kotegaeshi - Shihonage - Kokyunage
- Kata Dori Jyuwaza

Examens Yondan (suite)



Kaeshiwaza

- Sur Shomen Uchi Ikkyo (Deux ou trois mouvements)
- Sur Shomen Uchi Kote Gaeshi (Deux ou trois mouvements)
- Sur Shomen Uchi Iriminage (Deux ou trois mouvements)

Tanto Dori

- Shomen Uchi Gokyo
- Chudan Tsuki - Kotegaeshi
- Yokomen Uchi Hijikimeosae

Tachi Dori

- Mains nues contre un partenaire armé d'un ken (Trois ou quatre mouvements)

Kumi Tachi

- Travail au ken avec le partenaire de son choix (Aiki Ken, Ken Jutsu, Kashima, etc.)

Futari Dori

- Travail libre au ken avec les deux partenaires attaquant simultanément
- Question technique : expliquer pourquoi le travail au ken peut-être important pour la progression en Aïkido

Jo Dori

Kumi Jo

- Travail au jo avec le partenaire de son choix (Aiki Jo, etc.)
- Tsuki Jyuwaza (5 mouvements uke a le jo - 5 mouvements tori a le jo)

Yonin Gake (randori contre 4 partenaires)

- Ryo Kata Dori ou Shomen



Honte, pointe vers le haut



Gyakute, pointe vers le bas