

# Esami di Aikido per gradi di DAN



Centro Ki Aikido Valdisieve

## Indice

Shodan 1° Dan.....	I
Kumi waza.....	I
Tsuzuki waza.....	I
Sanningake.....	I
Nidan 2° Dan.....	I
Kumi waza.....	I
Tsuzuki waza.....	I
Yoningake.....	2
Sandan 3° Dan.....	2
Tsuzuki waza.....	2
Yondan 4° Dan.....	3
Hitori waza.....	3
Tsuzuki waza.....	3

I Dan successivi al 4° sono conferiti dal DOSHU.

## Shodan 1° Dan

*(minimo 8 mesi di pratica dopo aver superato l'esame di Shoden)*

### Kumi waza

- 1) Katatedori 6 tecniche
- 2) Katatedori Ryotemochi 6 tecniche
- 3) Yokomenuchi 6 tecniche
- 4) Ushirodori 6 tecniche (incluso Ushirotekubidori Kubishime)
- 5) Suwariwaza 6 tecniche

### Tsuzuki waza

#### n°21 Tantodori 1

1. Ushiro Tsuki Koteoroshi
2. Ushiro Tsuki Ikkyo
3. Shomenuchi Koteoroshi
4. Shomenuchi Kokyunage
5. Tsuki Zemponage
6. Yokomenuchi Irimi
7. Yokomenuchi Gokyo

#### n°25 Jo 1

#### n°29 Bokken 1

### Sanningake

difesa da tre persone

## Nidan 2° Dan

*(minimo 1 anno di pratica dopo aver superato l'esame di Chuden)*

### Kumi waza

- 1) Ryotedori 6 tecniche
- 2) Shomenuchi 6 tecniche
- 3) Munetsuki 6 tecniche
- 4) Zagi Handachi 6 tecniche

### Tsuzuki waza

#### n° 18 Ushiro Ryukatadori

1. Kokyunage
2. Kokyunage
3. Zemponage
4. Ikkyo
5. Koteoroshi
6. Sankyo

#### n°22 Tantodori 2

1. Ushiro Kubishime Sankyo
2. Yokomenuchi Shihonage
3. Tsuki Menuchi
4. Tsuki Menuchi
5. Tsuki Koteoroshi
6. Tsuki Ikkyo
7. Tsuki Kaitennage

n°23 Bokkendori

n°26 Jo 2

n°30 Bokken 2

## Yoningake

difesa da quattro persone

## Sandan 3° Dan

*(minimo 2 anni di pratica dopo aver superato l'esame di Joden)*

### Tsuzuki waza

n°4 Ryokatadori

S = sinistra, D = destra  
(SSSDDDSDSDS)

1. Zemponage
2. Kirigaeshi
3. Sudori
4. Kokyunage
5. Nikyo
6. Zemponage

n°7 Tzuki e Keri

1. Tsuki Kokyunage
2. Tsuki Ikkyo
3. Tsuki Zemponage
4. Keri Irimi
5. Mawashigeri
6. Tsuki Koteoroshi

n°12 Katatedori Ryotemochi

S = sinistra, D = destra  
(SSSDDDSDSDS)

1. Irimi
2. Tenkan
3. Ikkyo
4. Nikyo
5. Zemponage
6. Zemponage

n°13 Yokomenuchi

S = sinistra, D = destra  
(DDDSSSDSDSDS)

1. Irimi
2. Jujinage
3. Atemi
4. Shihonage
5. Koteoroshi
6. Zemponage

n°17 Tsuki

1. Irimi
2. Yokomenuchi
3. Uchiwanage

4. Sudori
5. Shomenuchi
6. Koteoroshi Hantai Tenkan

**n° 24 Jodori**

1. Yokomenuchi Zemponage
2. Yokomenuchi Shihonage
3. Tsuki Kaeshi
4. Tsuki Zemponage
5. Tsuki Kirikaeshi
6. Douchi Kokyunage
7. Yokobarai Kokyunage

**n° 27 Jo e Bokken 1**

**n° 31 Bokken kumi waza 1**

**n° 10 Taninzugake**

1. Niningake Zemponage
2. Niningake Kokyunage
3. Niningake Seiretsu
4. Niningake Shihonage
5. Sanningake Kokyunage
6. Yoningake libero

## Yondan 4° Dan

*(minimo 2 anni di pratica dopo aver superato l'esame di Okuden)*

### Hitori waza

Tutti

### Tsuzuki waza

**n° 19 Katadori Menuchi**

1. Irimi
2. Tenkan
3. Kokyunage
4. Nikyo
5. Sankyonage
6. Zemponage

**n° 20 Jonage**

1. Kokyunage
2. Zemponage
3. Zemponage
4. Shihonage
5. Nikyo
6. Koteoroshi
7. Kirikaeshi
8. Sanningake

**n° 28 Jo e Bokken 2**

**n° 32 Bokken kumi waza 2**

**n° 33 Shinken**