



**Associació Cultural Aiki Catalunya**  
**Escola d'Aikido Tradicional de Catalunya**

**Programa de obtención de Grados**

**1 de Enero del 2005**

# SHIN GI TAI

## Criterios de Examen

En el examen de paso de grado y de acuerdo con el espíritu de la Asociación, se evalúa al candidato según los aspectos del Shin Gi Tai.

Uke es el compañero necesario, pero actuará con decisión. En el examen queda descartada la brutalidad y violencia sin control, aunque la realización de las técnicas deben acercarse en lo posible a una situación real para demostrar el grado de asimilación global del aprendizaje realizado.

### **Cualidades que evalúa el Examinador o Tribunal.**

#### **SHIN (Espíritu):**

- Decisión de defensa y neutralización del oponente.
- Actitud vigilante y alerta continua.
- Autodominio, control de los gestos y expresión del rostro.
- Respeto al examinador, Dojo, compañero, etc.
- Sinceridad en todas las acciones, manifestación del Ki.,

#### **GI (Técnica):**

- Ma Ai dinámico, ideal para cada situación.
- Técnicas realizadas impecablemente, sin vacilar.
- Estilo y espontaneidad, reflejos.
- Armonía en las acciones. Coordinación y equilibrio.
- Velocidad de reacción. Ritmo de trabajo.
- Postura y actitud (Hara).

#### **TAI (Cuerpo)**

- Potencia y eficacia en cada acción.
- Flexibilidad y resistencia física.
- Agilidad en la esquivas, velocidad en la reacción.

# REI GI

## Etiqueta de Examen

### Sin Armas

Los exámenes deben realizarse en presencia de todos los alumnos sentados en Seiza. El examinado deberá ir correctamente vestido y limpio, si lleva Hakama procurará que los pantalones no asomen por debajo de ella. Antes de acceder al Tatami se quitara los zoris o zapatillas de espaldas a él. Antes de pisarlo saludara al Tatami en Tachirei. Procurarán no molestar al resto de compañeros, pasando por detrás de ellos. Tori accederá andando al área reservada para el examen por el lado izquierdo (Shimoseki) del Tatami cuando el instructor pronuncie el grado para el que se presenta. Uke lo hará por el lado derecho (Joseki). Tori se situará de frente y a la derecha del instructor y Uke a la izquierda. Doblando primero la pierna izquierda los dos adoptarán la posición de Seiza y tomando la iniciativa saludarán en Zarei al instructor, posando primero la mano izquierda y luego la derecha y estas formando un triángulo, flexionando ambos codos al mismo tiempo y manteniendo la espalda y la cabeza rectas. Para finalizar el saludo retiraran primero la mano izquierda y luego la derecha. Durante el saludo no mirarán directamente al instructor. Tori y Uke girarán para saludarse mutuamente en Zarei. Durante este saludo Tori y Uke no dejarán de mirarse. Finalizado el mismo esperarán las instrucciones del instructor.

Durante el examen, el instructor ira nombrando las técnicas que deben realizarse, hasta que pronuncie la voz de “Yame”, entonces Tori y Uke se sentaran en Seiza uno frente a otro y en las mismas posiciones del primer saludo, se saludarán en Zarei, después giraran hacia el instructor y tomando la iniciativa saludarán hacia él. Se pondrán de pie, alzando primero la pierna derecha y se dirigirán hacia el Shimoseki (Tori por su Izquierda y Uke por su derecha), sentándose en seiza.

### Con Armas

Si el examen requiere el uso de armas por parte de Tori y/o Uke, estos entrarán en el Tatami con ellas en la mano derecha. En el momento de saludar al Tribunal, lo harán dejando las armas junto a su pierna derecha con las puntas hacia atrás y el filo hacia dentro. Tori y Uke girarán para saludarse mutuamente en Zarei (Tori no tocara sus armas hasta después del saludo, Uke las cogerá en posición de Zaho con las dos manos; derecha arriba, izquierda abajo, se las pegará al pecho en diagonal, girará hacia Tori y las pondrá delante de él y en paralelo a sus rodillas). Realizado el saludo cogerán sus armas como se describe y con ellas pegadas al pecho se pondrán de pie, girarán sobre su lado derecho y con ellas en la mano izquierda se dirigirán hacia lados opuestos del Tatami, dejándolas con el mismo protocolo y cuidado con que las cogieron. Después volverán a la posición inicial, frente a frente y en Seiza esperarán las instrucciones del Tribunal. Si los requisitos del examen establecen que solo lleve armas uno de los dos, el otro esperará sin moverse hasta que la operación finalice.

Después de la voz de “Yame”, Tori y Uke cogerán sus armas como se describe y andando con ellas en la mano izquierda ocuparan sus posiciones respectivas. Una vez estén frente a frente se pegaran las armas al pecho y sentaran en Seiza, dejando las armas delante de ellos y paralelas a sus rodillas. Se saludarán. Tori pivotará hacia su lado izquierdo y Uke cogerá las armas como se describe y con ellas pegadas al pecho pivotará hacia su lado derecho, dando la cara al Tribunal y dejándolas después junto a su pierna derecha. Tomando la iniciativa saludarán. Cogerán las armas con la mano derecha y se pondrán de pie, alzando primero la pierna derecha, dirigiéndose hacia el Shimoseki y sentándose en Seiza.

## **Con varios Ukes**

Cuando los requisitos del examen requieran la participación de varios Ukes, estos accederán al Tatami en fila por el lado Joseki, saludarán al Tribunal en Zarei, puestos en fila y en paralelo al mismo, situándose el de mayor grado en el extremo derecho de dicha fila. Para el saludo entre Tori y los Ukes, estos últimos, girando sobre su derecha, se desplazarán en Shikko hasta formar una línea paralela frente a Tori, usando de vértice el Uke de la derecha. Si alguno de los Ukes porta armas realizará las operaciones descritas anteriormente, para desplazarse con las armas lo hará con ellas pegadas al pecho. Una vez realizado el saludo los Ukes que no sean necesarios girarán 180° y en Tachi se retirarán rápidamente al lado Joseki, donde en Seiza, esperaran su turno. El Uke designado para empezar corregirá su posición y se pondrá frente a Tori, esperando las indicaciones del Tribunal.

Durante el transcurso del examen, el Tribunal puede decidir cambiar el Uke o hacer que los que están fuera se integren al examen, por lo que deberán estar atentos a las indicaciones que se vallan dando y preparados para reaccionar al instante.

Al finalizar el examen todos los Ukes ocuparan sus posiciones rápidamente frente a Tori, saludarán en Zarei y se desplazarán de manera inversa a la ocasión anterior hasta quedar todos en línea frente al Tribunal, saludarán en Zarei al mismo, se pondrán de pie y se retiran en fila por la derecha hasta el Shimoseki, donde junto a Tori se sentarán en Seiza.

## **Recomendaciones**

Toda persona que desee presentarse a una convocatoria de examen de grado debe avisar a su instructor, o en su defecto al Tribunal de Grados, con 15 días de antelación y abonar las tasas correspondientes, tener actualizado el carnet de socio de la Asociación, haber asistido regularmente a las clases y cursillos necesarios si los requisitos del examen lo exigen.

Disponer del material y Ukes necesarios. Conocer perfectamente el programa del grado al que es candidato, y si los hubiere, los programas anteriores al suyo. Los Ukes que participen en el examen deben estar familiarizados con las técnicas que se exigen, no importando si son de grado mayor o menor que el del candidato. Tori tiene la obligación de saber el estado físico y psíquico de su Uke, respetarlo y no sobrepasar las posibilidades del mismo. La limpieza, uñas de manos y pies bien cortas, ausencia de objetos que puedan perjudicar la practica (pulseras, anillos, pendientes, collares, etc.), son requisitos exigidos sin excepción.

En el caso de no poder asistir a la convocatoria por motivos de fuerza mayor, lo hará saber lo antes posible a su instructor o Tribunal.

El candidato debe ser consciente de los aspectos que se valorarán (Shin Gi Tai) y procurará en todo momento respetarlos al máximo. Si el instructor o Tribunal no conceden el aprobado es por que el candidato no a alcanzado los niveles del Shin Gi Tai exigidos para el grado, cosa que deberá aceptar con serenidad y realismo, procurando extraer consecuencias positivas y ser consecuente con las indicaciones que reciba.

Para los grados de 5º, 4º, 3º y 2º Kiu, los exámenes los realiza directamente el instructor del candidato en el club al que se esta afiliado (Delegaciones) . Para los grados de 1er. Kyu y Dan se convoca al Tribunal de Grados, formado por el instructor del candidato, un representante de la Junta Directiva de la Asociación. y el Presidente, con fecha, hora y lugar anunciados en cada delegación.

# GO KYU

## 5° Kyu/Amarillo

Go No Sen/Ju No Keiko

3 meses de permanencia en 6° Kyu.

Duración del examen: 5 minutos aprox.

Aiki Taiso, Ukemi, Tai No Henka, Tai Sabaki.

### Suwari Waza

Katate Dori	Ikkyo
Aihanmi Katate Dori	Ikkyo
Ryote Dori	Kokyu Ho

### Tachi Waza

Aihanmi Katate Dori	Ikkyo
Aihanmi Katate Dori	Sankyo
Aihanmi Katate Dori	Kote Gaeshi
Aihanmi Katate Dori	Irimi Nage
Aihanmi Katate Dori	Shiho Nage

# YON KYU

## 4° Kyu/Naranja

Go No Sen/Ju No Keiko

5 meses de permanencia en 5° Kyu.

Duración del examen: 10 minutos aprox.

### Suwari Waza

Shomen Uchi	Ikkyo
Shomen Uchi	Sankyo
Ryokata Dori	Ikkyo

### Tachi Waza

Aihanmi Katate Dori	Nikyo
Katate Dori	Ikkyo
Katate Dori	Kokyu Nage
Shomen Uchi	Sankyo
Shomen Uchi	Kote Gaeshi
Chudan Tsuki	Irimi Nage

# SAN KYU

## 3er. Kyu/Verde

Tai No Sen/Ju No Keiko

6 meses de permanencia en 4º Kyu.

Duración del examen: 15 minutos aprox.

### Suwari Waza

Kata Dori	Nikyo
Jodan Tsuki	Irimi Nage
Shomen Uchi	Nikyo

### Tachi Waza

Ryote Dori	Ikkyo
Ryote Dori	Shiho Nage
Ryote Dori	Ude Kime Nage
Ryote Mochi	Kokyu Nage
Shomen Uchi	Nikyo
Shomen Uchi	Uchi Kaiten Sankyo
Yokomen Uchi	Irimi Nage

# NI KYU

## 2º Kyu/Azul

Tai No Sen/Ju No Keiko

7 meses de permanencia en 3er. Kyu.

Duración del examen: 20 minutos aprox.

### Suwari Waza

Shomen Uchi	Yonkyo
Chudan Tsuki	Kote Gaeshi
Yokomen Uchi	Gokyo

### Tachi Waza

Yokomen Uchi	Ikkyo
Yokomen Uchi	Uchi Kaiten Sankyo
Jodan Tsuki	Shiho Nage
Jodan Tsuki	Kote Gaeshi
Jodan Tsuki	Sankyo
Kata Dori Menuchi	Irimi Nage
Kata Dori Menuchi	Koshi Nage
Ryomune Dori	Kokyu Nage
Mae Geri	Irimi Nage

### Ushiro Waza

Ryokata Dori	Ikkyo
Katate Dori Kubi Shime	Ikkyo
Katate Dori Kubi Shime	Kokyu Nage

# IK KYU

## 1er. Kyu/Marrón

Tai No Sen/Go No Keiko

8 meses de permanencia en 2º Kyu.

3 asistencias requeridas a cursillos. Duración del examen: 30 minutos aprox.

Materias afines: Mishogi, Katsugen, Aiki Taiso, Kiai jutsu.

### Suwari Waza

Jodan Tsuki	Ikkyo
Ryokata Dori	Kokyu Nage
Shomen Uchi	Kote Gaeshi

### Tachi Waza

Mune Dori	Ikkyo
Yokomen Uchi	Nikyo
Yokomen Uchi	Kote Gaeshi
Jodan Tsuki	Yonkyo
Jodan Tsuki	Irimi Nage
Jodan Tsuki	Soto Kaiten Nage
Mune Dori Menuchi	Ikkyo
Juji Ryomune Dori	Kokyu Nage
Maegeri	Ushiro Kiri Otoshi

### Hanmi Handachi Waza

Ryote Dori	Shiho Nage
Ryokata Dori	Kokyu Nage

### Ushiro Waza

Ryote Dori	Kote Gaeshi
Ryokata Dori	Aiki Otoshi
Ryokata Dori	Kokyu Ho

### Jo Dori

Katate Ryote Jo Dori	5 Proyecciones en Kokyu Nage
----------------------	------------------------------



## **Aiki Jo**

### **Técnicas Básicas:**

Choku Tsuki  
Gaeshi Tsuki  
Ushiro Tsuki  
Gedan Gaeshi  
Shomen Uchi  
Shomen Uchi Komi  
Yokomen Uchi  
Gyaku Yokomen  
Toma Katate Uchi  
Katate Gedan Gaeshi  
Hasso Gaeshi  
Katate Hachi No Ji Gaeshi  
Hachi No Ji

### **Combinaciones Básicas:**

Tsuki-Yokomen Uchi (Tsuki Jodan Gaeshi)  
Tsuki-Gedan Gaeshi  
Shomen Uchi Komi-Gyaku Yokomen (Renzoku Uchi Komi)  
Yokomen Uchi-Gyaku Yokomen  
Shomen Uchi-Gedan Gaeshi  
Shomen Uchi-Ushiro Tsuki  
Gyaku Yokomen-Ushiro Tsuki  
Hasso Gaeshi-Ushiro Tsuki  
Hasso Gaeshi-Shomen Uchi  
Hasso Gaeshi-Tsuki  
Hasso Gaeshi-Ushiro Uchi  
Hasso Gaeshi-Ushiro Harai

## **Aiki Ken**

### **Suburis Básicos:**

1. Maki Uchi
2. Shomen Uchi Komi
3. Gedan Kamae-Shomen Uchi Komi
4. Gyaku Yokomen-Yokomen
5. Shomen Uchi Komi-Tsuki-Gyaku Yokomen-Tsuki-Yokomen-Tsuki
6. Shomen Uchi Komi-Gyaku Tsuki-Yokomen-Gyaku Tsuki

# SHO DAN

## 1er. Dan/Negro

**Kotai, Tai No Sen, Sen No Sen.**

**1 año de permanencia en 1er. Kyu.**

**4 asistencias requeridas a cursillos. Duración del examen: 50 minutos aprox.**

**Materias afines: Mishogi, Katsugen, Sotai Dosa, Kiai jutsu, Atemi Waza**

### Suwari Waza

Shomen Uchi	Jiyu Waza
Yokomen Uchi	Jiyu Waza
Jodan Tsuki	Jiyu Waza

### Tachi Waza

Katate Dori	Nikyo
Katate Dori	Uchi Kaiten Nage
Ryote Dori	Tenchi Nage
Ryote Dori	Kokyu Nage
Shomen Uchi	Irimi Nage
Yokomen Uchi	Gokyo
Yokomen Uchi	Shiho Nage
Chudan Tsuki	Kote Gaeshi
Jodan Tsuki	Ikkyo
Kata Dori Menuchi	Shiho Nage
Mune Dori Menuchi	Koshi Nage
Mune Dori Menuchi	Irimi Nage
Mawashi Geri	Irimi

### Hanmi Handachi Waza

Katate Dori	Ikkyo
Katate Dori	Shiho Nage
Katate Dori	Uchi Kaiten Nage
Shomen Uchi	Irimi Nage

### Ushiro Waza

Ryote Dori	Ikkyo
Ryote Dori	Kokyu Nage
Eri Dori	Ikkyo
Katate Dori Kubi Shime	Sankyo

### Tanto Dori

Shomen Uchi	Kokyu Ho
Yokomen Uchi	Gokyo
Jodan Tsuki	Hiji Kime Osae

Chudan Tsuki

Kote Gaeshi

## **Jo Dori**

Shomen Uchi

Shiho Nage

Chudan Tsuki

Kokyu Nage

## **Tachi Dori**

Shomen Uchi

Sankyo

Shomen Uchi

Kote Gaeshi

Jodan Tsuki

Hiji Kime Osae

## **Kumi Jo/Bunkai**

Kata de Jo de 14 mov.

Con aplicación (2 Ukes)

## **Kumi Tachi/Bunkai**

Ken Kata (Katori)

Shite-Aite/Aite-Shite

# NI DAN

## 2º Dan/Negro

**Kotai, Tai No Sen, Sen No Sen, Jitsu/Kyo**

**2 años de permanencia en 1er. Dan**

**4 asistencias requeridas a cursillos. Duración del examen: Indeterminada.**

**Materias afines: Mishogi, Katsugen, Sotai Dosa, Kiai jutsu, Atemi Waza**

### Tachi Waza

Ryote Dori	Hiji Kime Osae
Ryote Dori	Kokyu Nage
Ryote Dori	Koshi Nage
Ryote Dori	Juji Garami
Shomen Uchi	Hiji Kime Osae
Shomen Uchi	Kokyu Nage
Shomen Uchi	Koshi Nage
Jodan Tsuki	Hiji Kime Osae
Jodan Tsuki	Kokyu Nage
Jodan Tsuki	Koshi Nage

### Ushiro Waza

Ryote Dori	Shiho Nage
Ryote Dori	Kokyu Nage
Ryohiji Dori	Sankyo
Ryohiji Dori	Kote Gaeshi

### Hanmi Handachi Waza

Ryote Dori	Kokyu Nage
Shomen Uchi	Kokyu Nage
Jodan Tsuki	Kokyu Nage
Ushiro Ryokata Dori	Kokyu Nage

### Futari Dori

Jiyu Waza	3 Ukes
-----------	--------

### Tanto Dori

Shomen Uchi	Gokyo
Shomen Uchi	Kote Gaeshi
Chudan Tsuki	Ikkyo
Chudan Tsuki	Sankyo
Chudan Tsuki	Hiji Kime Osae
Chudan Tsuki	Shiho Nage

## Jo Dori

Shomen Uchi	Ikkyo
Shomen Uchi	Kokyu Ho
Shomen Uchi	Hiji Kime Osae
Shomen Uchi	Kote Gaeshi
Shomen Uchi	Irimi Nage
Shomen Uchi	Kokyu Nage
Chudan Tsuki	Ikkyo
Chudan Tsuki	Kokyu Nage
Chudan Tsuki	Hiji Kime Osae
Chudan Tsuki	Kote Gaeshi
Chudan Tsuki	Irimi Nage

## Tachi Dori

Shomen Uchi	Kokyu Ho
Shomen Uchi	Hiji Kime Osae
Shomen Uchi	Ude Kime Nage
Shomen Uchi	Kokyu Nage
Shomen Uchi	Irimi Nage
Shomen Uchi	Shiho Nage
Chudan Tsuki	Kokyu Ho
Chudan Tsuki	Hiji Kime Osae
Chudan Tsuki	Kokyu Nage
Chudan Tsuki	Irimi Nage
Chudan Tsuki	Kote Gaeshi

## Kumi Tachi/Bunkai

### Aplicaciones:

1. ... ..	Kote Gaeshi
2. ... ..	Hiji Kime Osae
3. ... ..	Kokyu Nage
4. ... ..	Koshi Nage

# SAN DAN

## 3er. Dan/Negro

**Kotai, Tai No Sen, Sen No Sen, Jitsu/Kyo**

**3 años de permanencia en 2º Dan**

**9 asistencias requeridas a cursillos. Duración del examen: Indeterminada.**

**Materias afines: Mishogi, Katsugen, Sotai Dosa, Kiai jutsu, Atemi Waza**

### Tachi Waza

Mune Dori	Kokyu Nage
Ryote Dori	Kokyu Nage
Ryokata Dori	Kokyu Nage

### Ushiro Waza

Kubi Dori	Kokyu Nage
Mune Dori	Kokyu Nage
Ryokata Dori	Kokyu Nage
Katate Dori Kubishime	Kokyu Nage

### Futari Dori

Jiyu Waza	4 Ukes
-----------	--------

### Tanto Dori

Jodan Tsuki	Ikkyo
Jodan Tsuki	Sankyo
Jodan Tsuki	Kote Gaeshi
Jodan Tsuki	Kokyu Ho
Yokomen Uchi	Kote Gaeshi
Yokomen Uchi	Kokyu Ho
Yokomen Uchi	Shiho Nage
Yokomen Uchi	Hiji Kime Osae

### Jo Dori

Jodan Tsuki	Ikkyo
Jodan Tsuki	Kokyu Ho
Jodan Tsuki	Hiji Kime Osae
Jodan Tsuki	Kote Gaeshi
Jodan Tsuki	Irimi Nage
Jodan Tsuki	Kokyu Nage
Yokomen Uchi	Shiho Nage
Yokomen Uchi	Kokyu Nage

## Tachi Dori

Jodan Tsuki	Ikkyo
Jodan Tsuki	Kokyu Ho
Jodan Tsuki	Kote Gaeshi
Jodan Tsuki	Irimi Nage
Jodan Tsuki	Kokyu Nage
Yokomen Uchi	Shiho Nage
Yokomen Uchi	Kokyu Nage

## Kumi Jo/Bunkai

Kata de Jo de 31 mov.                      Con aplicación (2 Ukes)

### \*Iaido

#### Suwari Waza

1ª Serie	1.Kusa Nagi No Ken
	2.Nuki Uchi No Ken
	3.Uken
	4.Nuki Stuke No Ken
	5.Saken
	6.Happo Ken

#### Tachi Waza

1ª Serie	1.Yuki Ai Gyaku Nuki No Tachi
	2.Zengo Chidori No Tachi
	3.Ren Mai Giri No Tachi
	4.Sampo Giri No Tachi
2ª Serie	5.Ura Nuki Uchi No Tachi
	6.Hasso Nuki Uchi No Tachi
	7.Hasso Kesa Giri No Tachi
3ª Serie	8.Hiza Giri No Tachi
	9.Kashira Tsuki No Tachi
	10.Ganmen Ate Ushiro Giri No Tachi

### \*Nota:

Las Katas y técnicas tienen su origen en las escuelas **Maniwa Nen Ryu**, (estilo *Yadome-Jutsu*), **Yagyu Shinkage Ryu** (estilos *Edo Yagyu*→*Tessen Jutsu*, *Bishu Yagyu*→*Saya Ate*) y **Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu**.

# YO DAN

## 4º Dan/Negro

**Kotai, Tai No Sen, Sen No Sen, Jitsu / Kyo**

**4 años de permanencia en 3er. Dan**

**10 asistencias requeridas a cursillos. Duración del examen: Indeterminada.**

**Materias afines:**

**Mishogi, Zazen, Katsugen, Sotai Dosa, Kiai jutsu, Haragei, Ho Jitsu.**

**Materias obligatorias:**

**Ejercicios específicos en Sen No Sen. Atemi Waza. Experiencia docente en Aikido. Dominio didáctico de sus principios (exotéricos y esotéricos). Implicación en tareas de la Asociación. Reciclaje continuo. Mejora de todos los niveles anteriores de waza. Informar a la Junta Directiva 2 años antes de la fecha del examen. Consentimiento de la Dirección Técnica.**

## Futari Dori

(Taninzu Dori: 2 ukes)

(Ryote Mochi) Katate Ryote Dori	.....	} Juji Garami Shiho Nage Kokyu Nage Ikkyo
(Ryote Mochi) Katate Ryote Dori	} .....	
+		Juji Garami
Ushiro Katate Dori Kubi Shime		

## Renraku / Renzoku Waza

Shomen Uchi	} .....	Katame Waza - Kokyu Nage
Yokomen Uchi		
Jodan Tsuki		
Gedan Tsuki		
Mawashi Tsuki		

Shomen Uchi	} .....	Irimi Nage - Ushiro Kiri Otoshi				
Yokomen Uchi			} .....	Irimi Nage - Koshi Nage		
Jodan Tsuki					} .....	Irimi Nage - Kokyu Nage
Gedan Tsuki						
Mawashi Tsuki						

Shomen Uchi	} .....	Kote Gaeshi - Kokyu Ho						
Yokomen Uchi			} .....	Kote Gaeshi - Ude Kime Nage				
Jodan Tsuki					} .....	Kote Gaeshi - Soto Kaiten Nage		
Gedan Tsuki							} .....	Kote Gaeshi - Irimi Nage
Mawashi Tsuki								



Shomen Uchi	}	..... Shiho Nage - Shiho Nage
Yokomen Uchi		..... Shiho Nage - Irimi Nage
Jodan Tsuki		..... Shiho Nage - Uchi Kaiten Sankyo
Gedan Tsuki		..... Shiho Nage - Ude Kime Nage
Mawashi Tsuki		..... Shiho Nage - Kokyu Ho

Shomen Uchi	}	..... Ikkyo - Hiji Kime Osae
Yokomen Uchi		..... Ikkyo - Ude Garami
Jodan Tsuki		..... Ikkyo - Irimi Nage
Gedan Tsuki		..... Ikkyo - Koshi Nage
Mawashi Tsuki		

Shomen Uchi	}	
Yokomen Uchi		
Jodan Tsuki		..... Sankyo - Irimi Nage
Gedan Tsuki		
Mawashi Tsuki		

### **Atemi Waza**

Puntos vitales / Jintai Kyusho  
Integrado dentro de las técnicas Aiki

### **Jiyu Waza / Randori**

Jo Dori	}	
Tachi Dori		Shite Randori
Tanto Dori		(ataque concertado y defensa libre)
Tanto Jitsu		Jiyu Randori
Tambo Dori		(ataque y defensa libre)
Tambo Jitsu		

### **Kumi Jo / Tateki No Kurai**

2 ukes en linea                      Taninzu Dori

### **Jo Jitsu / Jiyu Waza**

1 uke                                      Jiyu Randori  
(ataque y defensa libre)

### **Kumi Tachi / Tateki No Kurai**

2 ukes en linea                      Taninzu Dori

### **Ken Jitsu / Jiyu Waza**

1 uke                                      Jiyu Randori  
(ataque y defensa libre)

# GO DAN

## 5º Dan/Negro

**Kotai, Tai No Sen, Sen No Sen, Jitsu / Kyo**

**5 años de permanencia en 4º Dan**

**10 asistencias requeridas a cursillos. Duración del examen: Indeterminada.**

### **Materias complementarias:**

**Ejercicios específicos en Sen No Sen, Mishogi, Zazen, Katsugen, Sotai Dosa, Kiai Jutsu, Hara Gei, Ho Jitsu, Ren Tachi Jitsu, Bokuto Jitsu, Ken Jitsu, Ryo Tambo Jitsu.**

**Practica, dominio y reciclaje de todo el programa anterior. Dominio de atemi waza.**

**Relación del Tachi en las técnicas de Aikido. Dominio de las formas Aiki y Jitsu.**

**Experiencia docente en Aikido. Dominio didáctico de sus principios (exotéricos y esotéricos). Implicación en tareas de la Asociación. Aprendizaje de otras artes afines. Informar a la Junta Directiva 3 años antes de la fecha del examen.**

**Consentimiento de la Dirección Técnica.**

## **Renzoku Waza**

(2 ataques consecutivos y defensas encadenadas)

Ren Tsuki

Ren Shomen Uchi

Tsuki - Mae Geri

Mawashi Geri - Tsuki

Shomen Uchi - Tsuki

Jodan Tsuki - Mawashi Tsuki

} Takemuso Aiki  
Soto, Uchi (Shinogi)

## **Kaeshi Waza**

Especificado por el Tribunal.

## **Jiyu Randori 1**

Jo Dori, Tachi Dori, Tanto Dori, Tambo Dori,

en Renzoku Waza (2 ukes), con desarme y empleo del arma.

(desarmar al primer uke y responder al segundo en Kumi Tachi)

## **Jiyu Randori 2**

Jo, Tachi, Tanto, Tambo,

en Renzoku Waza (2 ukes), sin desarme.

## **Randori 3**

Jo contra Tachi

## **\*Iaido / Bunkai**

### **Suwari Waza**

(1 uke)

- |          |                                                                                                     |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1ª Serie | 1.Kusa Nagi No Ken<br>2.Nuki Uchi No Ken<br>3.Uken<br>4.Nuki Stuke No Ken<br>5.Saken<br>6.Happo Ken |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **Tachi Waza**

(9ª y 10ª katas con 2 ukes)

- |          |                                                                                                               |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1ª Serie | 1.Yuki Ai Gyaku Nuki No Tachi<br>2.Zengo Chidori No Tachi<br>3.Ren Mai Giri No Tachi<br>4.Sampo Giri No Tachi |
| 2ª Serie | 5.Ura Nuki Uchi No Tachi<br>6.Hasso Nuki Uchi No Tachi<br>7.Hasso Kesa Giri No Tachi                          |
| 3ª Serie | 8.Hiza Giri No Tachi<br>9.Kashira Tsuki No Tachi<br>10.Ganmen Ate Ushiro Giri No Tachi                        |

### **\*Nota:**

Las Katas y técnicas tienen su origen en las escuelas **Maniwa Nen Ryu**, (estilo *Yadome-Jutsu*), **Yagyū Shinkage Ryu** (estilos *Edo Yagyū*→*Tessen Jutsu*, *Bishu Yagyū*→*Saya Ate*) y **Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu**.