

AIKI JO**AIKI JO JUTSU****JO JUTSU****DEFINICIÓN:**

Se busca la armonización con uke siguiendo los mismos principios que Aiki ken. Solo Jo contra Jo. Basado en el trabajo de Saito padre.

DEFINICIÓN:

Trabajo marcial sin armadura. Incluye luxaciones y proyecciones realizadas con el Jo. Solo Jo contra Bokken. Basado en el trabajo de Saito padre.

DEFINICIÓN:

Trabajo marcial con armadura. Basado en la Muso Ryu. Prima el atemi y/o el control para herir. Solo Jo contra Bokken.

● **Kokoro:** ◇ **Formas básicas comunes.**

● **Ki musubi.**

◇ Cargar el jo igual que el tachi.

● **Ki no nagare.**

◇ fluidez del ki.

● **Ma ai (al jo).**● **De ai (armonización):**● **4 Kamae** (sin hasso kamae):

- ◇ 1. Chudan kamae.
- ◇ 2. Gedan kamae.
- ◇ 3. Waki kamae.
- ◇ 4. Jodan kamae.

● **13 Suburi básicos.**● **12 Combinaciones.**● **Kata de 14 movimientos.**● **Kata de 31 movimientos.**● **15 Kumijo.**● **Kumijo (tateki no kurai-2 ukes).**● **Práctica:**

◇ Kumijo kata 14.

● **5 Kamae:**

- ◇ 1. Chudan no kamae.
- ◇ 2. Gedan no kamae.
- ◇ 3. Hasso no kamae.
- ◇ 4. Jodan no kamae.
- ◇ 5. Waki no kamae.

● **11 Kumijo.**● **Práctica kumijo:**

◇ Jodan kamae. Shomen uchi-Ikkyo.

● **4 Kamae** (sin jodan no kamae):

- ◇ 1. Chudan no kamae.
- ◇ 2. Gedan no kamae.
- ◇ 3. Hasso no kamae.
- ◇ 4. Waki gamae.

● **11 Kumijo.**● **28 Kumijo.**● **Práctica kumijo:**

- Hasso kamae Mako giri-Ikkyo:
 - ◇ Omote kukuri otoshi sabaki.

Tenkan desglose: Ushiro ashi+tai no henka.

Ryote Mochi Kokyu Ho Ura: Shoto shinogi+Tenkan (Tai no henka+Ushiro ashi+Tai no henka)+Mae shuri ashi.

Ying Yan: Fuego (subir) + Agua (bajar).

Fases trabajo avanzado: ●Ekitai: (formas de entrenar la intuición en Aikido, defendiéndose).

●Kitai (forma de crear la oportunidad de ataque o respuesta).

●Sen no sen (capacidad de intuir el ataque y anticiparse al otro).