



PROGRAMMA TECNICO

La TAKEMUSU AIKI CLUB COLLECCHIO, affiliata all'Associazione A.T.A.G.O., convalida il presente programma relativo alle cinture **bi-colore** per bambini e ragazzi.

Per l'esito degli esami in generale, oltre alla corretta esecuzione delle tecniche e ai tempi previsti tra il conferimento dei gradi, si valutano l'impegno, la serietà e la costante pratica dell'allievo dall'ultimo esame in poi.

Sono previsti i seguenti passaggi di grado:

-
- 06 anni = bianca (IV KYU)
- 07 anni = bianca/gialla (sarà richiesto metà programma previsto per la gialla)**
- 08 anni = gialla (V KYU)
- 09 anni = gialla/arancio (sarà richiesto metà programma previsto per l'arancio)**
- 10 anni = arancio (IV KYU)
- 11 anni = arancio/verde (sarà richiesto metà programma previsto per la verde)**
- 12 anni = verde (III KYU)
- 13 anni = verde/blu (sarà richiesto metà programma previsto per la blu)**
- 14 anni = blu (II KYU)
- 15 anni = blu/marrone (sarà richiesto metà programma previsto per la marrone)**
- 16 anni = marrone (I KYU)
- 17 anni = marrone/nera (sarà richiesto metà programma previsto per la nera)**
- 18 anni = nera (I DAN) la qualifica di insegnante è consentita in quanto maggiorenne

N.B.: non si riporta il programma delle armi in quanto previsto per le cinture superiori mono-colore

Esame VI/V KYU (bianca/gialla)

Requisiti richiesti per poter sostenere l'esame: almeno 30 ore di allenamento
con qualifica VI KYU
Eeguire le tecniche in elenco

- Aiki taiso - Tai sabaki - Ushiro ukemi - Mae ukemi - Shikko

TACHI WAZA

- katatedori tainoenko			kihon/ki no nagare
- katatedori aihanmi tainoenko			ki no nagare
- morotedori kokyuhō			kihon
- katatedori aihanmi	iriminage		kihon
- katatedori aihanmi	kotegaeshi		kihon
- katatedori aihanmi	dai ikkyō	omote/ura	kihon

SUWARI WAZA

- shomenuchi	dai ikkyō	omote/ura	kihon
--------------	-----------	-----------	-------



Esame V/IV KYU (gialla/arancio)

Requisiti richiesti per poter sostenere l'esame: almeno 40 ore di allenamento
con qualifica V KYU
Eseguire le tecniche in elenco

- Aiki taiso - Tai sabaki - Ushiro ukemi - Mae ukemi - Shikko

TACHI WAZA

- katatedori tainoenko			kihon/ki no nagare
- katatedori aihanmi tainoenko			ki no nagare
- morotedori kokyu ho			kihon

- shomenuchi	dai nikyo	omote/ura	kihon
- shomenuchi	shihonage	omote/ura	kihon

- katatedori	dai ikkyo	omote/ura	kihon
--------------	-----------	-----------	-------

SUWARI WAZA

- shomenuchi	dai nikyo	omote/ura	kihon
--------------	-----------	-----------	-------

- ryotedori	kokyu ho		
-------------	----------	--	--

Esame IV/III KYU (arancio/verde)

Requisiti richiesti per poter sostenere l'esame: almeno 40 ore di allenamento
con qualifica IV KYU
Eseguire le tecniche in elenco

- Aiki taiso - Tai sabaki - Ushiro ukemi - Mae ukemi - Shikko

TACHI WAZA

- katatedori tainoenko			kihon/ ki no nagare
- katatedori aihanmi tainoenko			ki no nagare
- morotedori kokyu ho			kihon

- shomenuchi	dai nikyo	omote/ura	kihon
- shomenuchi	dai sankyo	omote/ura	kihon
- shomenuchi	uchi kaiten sankyo		kihon

- yokomenuchi	shihonage	omote/ura	kihon
- yokomenuchi	udekimenage		kihon

- chudan tsuki	udekimenage		kihon
----------------	-------------	--	-------

- katatedori	sotokaiten nage		kihon
--------------	-----------------	--	-------

- ryotedori	shihonage	omote/ura	kihon
- ryotedori	tenchinage		kihon

SUWARI WAZA

- shomenuchi	dai sankyo	omote/ura	kihon
--------------	------------	-----------	-------

- ryotedori	kokyu ho		
-------------	----------	--	--

Esame III/II KYU (verde/blu)

Requisiti richiesti per poter sostenere l'esame: almeno 40 ore di allenamento
con qualifica III KYU
Eseguire le tecniche in elenco

- Aiki taiso - Tai sabaki - Ushiro ukemi - Mae ukemi - Shikko

TACHI WAZA

- katatedori tainoenko		kihon/ki no nagare	
- katatedori aihanmi tainoenko		ki no nagare	
- morotedori kokyu ho		kihon	
- shomenuchi	dai ikkyo	omote/ura	kihon
- shomenuchi	dai yonkyo	omote/ura	kihon
- yokomenuchi	dai ikkyo	omote/ura	kihon
- sodedori	kokyunage		kihon
- katatedori	uchi kaiten nage		kihon
- morotedori	kotegaeshi		kihon
- ryotedori	iriminage		kihon

USHIRO WAZA

- ushiro ryotedori	iriminage	kihon
--------------------	-----------	-------

SUWARI WAZA

- shomenuchi	dai nikyo	omote/ura	kihon
- shomenuchi	dai yonkyo	omote/ura	kihon
- ryotedori	kokyu ho		

Esame II/I KYU (blu/marrone)

Requisiti richiesti per poter sostenere l'esame: almeno 40 ore di allenamento
con qualifica II KYU
Eseguire le tecniche in elenco

- Aiki taiso - Tai sabaki - Ushiro ukemi - Mae ukemi - Shikko

TACHI WAZA

- katatedori tainoenko			kihon/ki no nagare
- katatedori aihanmi tainoenko			ki no nagare
- morotedori kokyu ho			kihon

- yokomenuchi	dai nikyo	omote/ura	kihon
- yokomenuchi	dai sankyo	omote/ura	kihon
- yokomenuchi	dai gokyo ura		kihon

- munadori	dai ikkyo	omote/ura	kihon
------------	-----------	-----------	-------

- katadori menuchi	dai ikkyo	omote/ura	kihon
- katadori menuchi	iriminage		kihon

USHIRO WAZA

- ushiro ryokata dori	dai ikkyo	omote/ura	kihon
- ushiro ryokata dori	dai nikyo	omote/ura	kihon
- ushiro ryokata dori	kokyunage		kihon
- ushiro ryokata dori	kotegaeshi		kihon

HANMI HANDACHI WAZA

- katatedori	shihonage	omote/ura	kihon
--------------	-----------	-----------	-------

SUWARI WAZA

- shomenuchi	dai nikyo	omote/ura	kihon
- shomenuchi	dai yonkyo	omote/ura	kihon

- ryotedori kokyu ho			
----------------------	--	--	--