



IWAMA BUDŌ KAI A.S.D.
AIKI SHUREN DOJŌ TRIESTE



Fino al **4° Dan incluso** la promozione dello studente avviene tramite un esame che comprende sia tecniche di corpo (**TAI JUTSU**) che tecniche eseguite con il Jo ed il Ken (**BUKI-WAZA**). Oltre questo grado la promozione avviene tramite una raccomandazione scritta da più Shihan (**Suisenjo**).

Oltre all'abilità tecnica vengono tenuti in grande considerazione anche l'attitudine ed il comportamento.

YONDAN

*Bisogna avere compiuto almeno 30 anni di età 3 anni e mezzo trascorso dal 3° dan e 600 giorni effettivi di pratica.
Richiesta la conoscenza di alcuni DOKA e KUDEN del Fondatore.*

KATATE DORI TAI NO HENKO

MOROTE DORI KOKYU HO

TACHI WAZA

(Da SHOMEN UCHI o da YOKOMEN UCHI,
utilizzando il modo di attacco diverso rispetto a quello adoperato per il SUWARI WAZA)

DAI IKKYO [OMOTE-URA WAZA]

DAI NIKYO [OMOTE-URA WAZA]

DAI SANKYO [OMOTE-URA WAZA]

DAI YONKYO [OMOTE-URA WAZA]

DAI GOKYO [URA WAZA]

(quattro esecuzioni da attacchi diversi)

SHIHO NAGE

KOTE GAESHI

KOKYU NAGE

IRIMI NAGE

KOSHI NAGE

USHIRO WAZA

NININDORI: tre tecniche differenti

SANNINDORI: tre tecniche differenti

SUWARI WAZA

(Da SHOMEN UCHI o da YOKOMEN UCHI,

utilizzando il modo di attacco diverso rispetto a quello adoperato per il SUWARI WAZA)

DAI IKKYO [OMOTE-URA WAZA]

DAI NIKYO [OMOTE-URA WAZA]

DAI SANKYO [OMOTE-URA WAZA]

DAI YONKYO [OMOTE-URA WAZA]

DAI GOKYO [URA WAZA]

HANMI HANDACHI WAZA

Quattro tecniche da tre attacchi diversi a scelta del candidato

BUKI DORI

(Quattro tecniche per ogni gruppo)

JO DORI

TACHI DORI

TANKEN DORI

JO NAGE

JIYU WAZA (Taninzu dori)

Il tempo di durata è di 1 minuto e mezzo contro 4 persone: una persona attacca con il **Jo**, un'altra con il **Ken**, la terza con il **Tanto** e la quarta a mani nude (**sudè**).

Le tecniche eseguite devono essere diverse l'una dall'altra.

BUKI WAZA

KEN SUBURI NANA HON (veloce, sicuro e potente)

JO SUBURI NIJU PPO N (veloce, sicuro e potente)

HAPPO GIRI (1+2+6+7 Suburi no katachi)

KUMI TACHI GO HON (prima lentamente poi in velocità)

KI MUSUBI NO TACHI

31 NO KUMI JO (passo dopo passo e poi rapidamente)

13 NO JO AWASE (passo dopo passo e poi rapidamente)

KUMI JO (prima lentamente poi in velocità)

KI MUSUBI NO JO

KEN TAI JO (prima lentamente poi in velocità)

KEN TAI JO no KI MUSUBI

NOTA BENE:

Tutte le tecniche debbono essere eseguite da attacchi diversi.

Tutte le tecniche devono essere eseguite con la massima precisione, decisione, efficacia e velocità, emettendo un kiai molto potente. Il candidato deve dimostrare una netta progressione del ki no nagare esprimendo una propria personalità ed individualità frutto della propria ricerca.

Si acquisisce la qualifica di JUN SHIHAN (pre - Shihan), certificazione che viene rilasciata su richiesta.