



Programme 2^{ème} Dan - Aïkibudo

Les candidats présenteront :

Le programme 1^{er} Dan (KIHON NAGE - KIHON OSAE).

Une explication pédagogique d'une Technique, au choix du candidat.

L'attention est à porter sur la forme de Corps, la Stabilité, le Zanshin, le Kime.

<p>KIHON NAGE WAZA Techniques de Projection sous la forme d'un Kata</p> <p><i>Nota : les variantes ne sont pas à effectuer dans le Kata</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ude Garami Ura Yoko Men Uchi • Mae Hiki Otoshi Shomen uchi • Te Uchi Mata Gaeshi Tsuki Jodan • Ude Kake Mae Hiki Otoshi Tsuki Chudan • Ura Mukae Daoshi Mae Geri • Gyaku Kote Gaeshi jyunte Dori + Tsuki Jodan • Ashi Tori Oshi Taoshi Mae Eri
<p>TECHNIQUES COMPLEMENTAIRES <i>Ces techniques sont exécutables selon leur nature ou en Nage Waza et ou en Osae Waza</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mae Tobu Nage et Ura • Ura Kataha • Ushiro Hiki Otoshi • Hiji Gaeshi • Mae Hiji Kudaki • Kataha Otoshi • Do Gaeshi • Gyaku Do Gaeshi • Gyaku Te Uchi Mata Gaeshi
<p>KIHON SUTEMI Application en Han Sutemi</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kubi Otoshi Sutemi Tsuki Chudan • Hazu Oshi Sutemi Tsuki Chudan • Harite Sutemi Tsuki Chudan
<p>TECHNIQUES CONTRE ARMES Buki Dori</p>	<p>Attaque Tanto Dori</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kote Gaeshi (Nage et Osae).....Tsuki Chudan • Kataha Otoshi (Osae).....Tsuki Chudan • Shiho Nage (Nage et Osae)..... Omote Yoko Men <p>Attaque Hambo Dori</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tenbim Nage Tsuki Chudan • Shiho Nage Tsuki Chudan
<p>TECHNIQUES HISTORIQUES</p>	<p>Daito Ryu Aikijujutsu Ikkajo - Idori :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ippon Dori • Gyaku Ude Dori • Hiji Kaeshi • Kuruma Daoshi • Shime Gaeshi • Kakae Jime • Karami Nage • Kote Gaeshi • Nukite Dori • Hiza Jime <p>Katori Shinto Ryu Ken Jutsu : • Itsutsu No Tachi</p> <p>Yoseikan Shinto Ryu Iai Jutsu :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kusa Nagi No Ken • Nuki Tsuke No Ken • Nuki Uchi No Ken • Uken • Saken • Happoken
<p>KATA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tai No Kata • Suwari Waza • Tanto No Kata • Tambo No Kata
<p>WA NO SEISHIN</p>	<p>MAE - USHIRO Expression réaliste (Kiaï, Kime, Zanshin, Shisei)</p>
<p>TE HODOKI Dégagements sur saisies</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mae - Ushiro <p>Expression réaliste (Ki et réalisme du dégagement)</p>
<p>RANDORI Application dynamique et réaliste</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ju No Randori (<i>souple</i>) : 1 contre 1, applications diverses en MA -Chika Ma • Taninzu Dori Randori (<i>Tai Sabaki</i>) : 1 contre 3, esquives - canalisations • Futari Dori Randori : 1 contre plusieurs adversaires - réaliste <p>ou programme Aikibudo Self Défense (Goshin Jutsu) / Bâtons Défense/ Tonfa</p>