

Canarias Aikikai Aikido
Programa de entrenamiento 6° - 4° KYU

	6° Kyu		5° Kyu		4° Kyu	
Prerequisite para examinar	Minimo 36 dias de practica 3 punto de curso		Minimo 36 dias de practica 3 puntos de curso despues 6 th kyu como 6 th kyu, +		Minimo 72 dias de practica + 6 puntos de cursos despues 5 th kyu como 5 th kyu, +	
Escenciales ->	Rei ho (etiqueta basico). Kamae: (postura) / seiza ho. seiza, kiza , hanza, hanmi. Ukemi: (recibir con el cuerpo) Mae, ushiro, yoko, yokokaiten) . Sabaki: ayumi ashi, kaiten, tenkan, irimi-tenkan & Shikko.		Torifune/Furitama. Gyaku-hanmi katatedori: irimi, sokumen, tenkan. Ryotedori tenkanho/shihogiri		Ushiro ryotedori tenkanho. Shutouchi shomen y yokomen in 4 & 8 directiones. Chudan y jodan choku tsuki y furizuki.	
Kosadori	Iriminage	T	Shihonage Ikkyo Nikyo	T T T	Uchikaiten sankyo Kotegaeshi Udekime nage	T T T
Katatedori	Shihonage	T	Shihonage Iriminage Kaiten nage	T, H T T	Tenchinage Ikkyo, Nikyo Kotegaeshi Sumiotoshi	T T T T
Ryotedori	Kokyu ho Haishin-undo	S T	Tenkanho Shihogiri Tenchinage	T T T	Ikkyo, Nikyo, Iriminage Shihonage Kokyunage Nigiri ho	T T, H T, H S
Morotedori			Kokyunage ** Tachiwaza kokyu ho (Rippo)	T T	Ikkyo, Nikyo Iriminage, Shihonage Kotegaeshi	T T T
Katadori			Ikkyo Nikyo	T, S T, S	Sankyo Yonkyo Kokyunage (menuchi)**	T, S T, S T
Shomenuchi	Ikkyo	T, S	Nikyo Iriminage	T, S T, S	Sankyo, Yonkyo Shihonage Kotegaeshi Kaiten nage	T, S T T T
Yokomenuchi			Shihonage Iriminage	T T	Ikkyo, Nikyo Sankyo, Yonkyo Kotegaeshi	T, S T, S T
Tsuki					Iriminage Kotegaeshi Ikkyo	T T T
Ushiro ryotedori					Ikkyo Kokyunage **	T T
Sodedori					Iriminage (sokumen) Kokyunage ** (soto)	T T
Munedori					Ikkyo	T
T: Tachiwaza S: Suwariwaza H: Hanmi handachi						
** Kokyunage – el mismo en la forma jodan/tenkan						

Canarias Aikikai Aikido
Programa de entrenamiento 3º KYU – 1º KYU

	3º Kyu		2º Kyu		1º Kyu	Dan grados
Prerequisite para examinar	Mínimo 72 días de practica + 6 puntos de cursos despues de 4 th kyu como 4 th kyu, +		Mínimo 90 días de practica + 12 puntos de cursos despues de 3rd kyu como 3 rd kyu, +		Mínimo 100 días de practica + 20 puntos de cursos despues de 2 nd kyu como 2nd kyu, +	
Escenciales -> <i>(incl. 6-4kyu)</i>	Bokken & Tanken: suburi. Patada (geri): Mae-,yoko-, & mawarigeri. Ukemi: osaewaza con tanto & koshi waza. Jiyuwaza: sabaki <i>basicos</i> (tainohenka) - waza -		Jō suburi. Taisabaki contra shomenuchi, tsuki y yokomenuchi con bokken, jo, y tanto. Ukemi con bokken, jō & tanto. Jiyuwaza - nagewaza <i>basicos</i> .		<i>Shodan 120 días (1 año min) #</i> 20 puntos cursos <i>Nidan 240 días (Min2años) #</i> 40 puntos cursos <i>Sandan 360 días (Min3años) #</i> 60 puntos cursos	<i>Geri kokyunage, Kendori, Ninindori, Jiyuwaza,</i> <i>Henka oyowaza, Futarigake, Jodori, Kaishiwaza</i> <i>Kakarigeiko</i>
Attack						
Katatedori <i>(Sodedori)</i>	Kotegaeshi (jo-/chu-/ge dan) Udekiminage Kokyunage Sankyo, Yonkyo (Uchi-irimi-tenkan Kosadori) Shihonage, Iriminage.	T, H T, H T, H T, H T	Uchi-kaiten sankyo Uchi-kaiten nage Udegaraminage Udeshigi (rokyo) Sotokaiten katagatame Koshinage	T H T T T	Uchikaiten katagatame Advanced kokyunage Koshinage (Uchi-irimi-tenkan gyaku hanmi Katatedori) Kotegaeshi Iriminage	T, H T, H T T T
Morotedori <i>(incl ushiro)</i>	Nikyo Shihonage Udekiminage	T T T	Sankyo, Yonkyo Advanced kokyunage Udegarami-jujinage Koshinage	T T T T	Kotegaeshi Iriminage Udekiminage Kokyunage	S, H S, H S, H S, H
Ryotedori	Uchi-kaiten kokyunage Sankyo, Yonkyo Kotegaeshi (jo-, chu-, gedan)	T T/ H/S T	Kokyunage Sumiotoshi Sotokaiten kokyunage	T/H/S T, H T	Advanced kokyunage Tenchinage Koshinage	T/H/S H, S T
Ryohijidori	Kokyunage	T	Iriminage, Ikkyo, Shihonage.		Aikiotoshi	T
Katadori <i>incl (Kata-menuchi) (& Ryokata)</i>	Sankyo, Yonkyo, Shihonage Kokyunage	T/H/S T/H/S T/H/S	Katagatame, Kotegaeshi Udekiminage Advanced kokyunage	T T T	Uchikaiten katagatame Advanced kokyunage Koshinage	T, H T, H T
Shomenuchi <i>(Tantodori)*</i>	Iriminage Gokyo* Sumiotoshi Uchi-kaiten sankyo* Kokyunage Udekiminage	S*,H T*, S* T T* T T	(Uchi-irimi-tenkan) Shihonage Kotegaeshi Kokyunage Advanced kokyunage	T T T T, H	Koshinage Udegaraminage Katadori Shomenuchi Ikkyo, Nikyo, Sankyo, Yonkyo Shihonage, Kotegaeshi, Iriminage, Udekiminage.	T S, T T T T
Yokomenuchi <i>(Tantodori)*</i>	*Shihonage, Ikkyo, Gokyo*, Udekiminage, Kaiten nage, Kokyunage	H* T T	Uchi-kaiten kokyunage Katagatame, Koshinage, Kotegasehi*, Rokyoo*. Advanced kokyunage	T T T*,S* T, H	Katadori Yokomenuchi Shihonage Udekiminage Ikkyo	T T T, H
Tsuki <i>(Munedori)</i> <i>(Tantodori)*</i>	(Chudan) Ikkyo, Nikyo, Sankyo*, Yonkyo, Gokyo* (Jodan) Ikkyo, Iriminage*	T* T, S* T	(Chudan) Udeshigi*, Sotokaitenage, Shihonage, Tenchinage (Jodan) Kokyunage, Kotegaeshi*,	T* T T*, H	(Jodan) Nikyo, Sankyo, Shihonage* Katadori Tsuki (Jodan) Ikkyo	T T
Ushiro waza - Ryotedori	Ikkyo, Ni -,San-/Yon -kyo Jujigarami & Shihonage, Ushiro Katatedori Kubejimi Ikkyo, Iriminage Jujigaraminage, Kokyunage	T, H T T T T	Kotegaeshi, varied Kokyunage Ushiro Katatedori Kubejimi Sankyo, Koshinage Ushiro-Munedakijime Shihonage, Kotegaeshi	T T T	Koshinage, Iriminage, Kaitennage Ushiro Katatedori Kubijimi Shihonage, Kotegaeshi Ushiro-Munedakijime Ikkyo, Iriminage, Kokyunage	T T T
- Ryokatadori - Ryohijidori	Ikkyo, Sankyo, Kokyunage Ikkyo, Sankyo, Kokyunage	T T	Iriminage, Aikiotoshi, Shihonage Iriminage, Aikiotoshi, Kotegaeshi	T T	Ushiro Eridori Iriminage, Ikkyo, Kokyunage.	T

T: Tachiwaza **S:** Suwariwaza **H:** Hanmi handachi

Asumida sobre 12 días de entrenamiento por mes