

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

	6° Kyu		5° Kyu		4° Kyu	
Requisitos para examen	Mínimo 36 días de practica 3 punto de curso		Mínimo 36 días de practica 3 puntos de curso después 6 th kyu como 6 th kyu, +		Mínimo 72 días de practica + 6 puntos de cursos después 5 th kyu como 5 th kyu, +	
Escenciales ->	<u>Rei ho</u> (etiqueta basicos). <u>Kamae:</u> (postura) / <u>seizaho</u> . seiza, kiza , hanza, hanmi. <u>Ukemi:</u> (recibir con el cuerpo) Mae, ushiro, yoko, yokokaiten). <u>Sabaki:</u> 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 en 4 & 8 direcciones. 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						

La Asociación Cultural “Canarias Aikikai Aikido” está autorizada para enseñar Aikido en las Islas Canarias (España)
 Con el reconocimiento del Aikikai Fundación, Hombu Dojo, Tokyo Japón. (2015)

Canarias Aikikai Aikido
Programa de entrenamiento 3° KYU - 1° KYU

	3° Kyu		2° Kyu		1° Kyu	Dan grados
Requisitos para examen	Mínimo 72 días de práctica + 6 puntos de cursos despues de 4 th kyu como 4 th kyu, +		Mínimo 90 días de práctica + 12 puntos de cursos despues de 3 rd kyu como 3 rd kyu, +		Mínimo 100 días de práctica + 20 puntos de cursos despues de 2 nd kyu, +	
Escenciales -> <i>(incl. 6-4kyu)</i>	Bokken & Tanken: suburi. Patada (geri): Mae-, yoko-, & mawashi. Ukemi: osaewaza con tanto & koshi waza. Jiyuwaza: sabaki <i>basicos</i> (tainohenka)		Jó suburi. Taisabaki contra shomenuchi, tsuki y yokomenuchi con bokken, jo, y tanto. Ukemi con bokken, jó & tanto. Jiyuwaza - nagewaza <i>basicos</i> .		<i>Shodan 120 días (1 año min)</i> 20 puntos cursos # <i>Nidan (Min2años)</i> 40 puntos cursos # <i>Sandan (Min3años)</i> 60 puntos cursos #	<i>Gerí kokyunage, Kendori, Ninindori, Jiyuwaza,</i> <i>Henka oyowaza, Futarigake, Jodori, Kaishiwaza</i> <i>Kakarigeiko</i>
Ataque	- waza -					
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 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*, Rokyo*. 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 T T	Koshinage, Iriminage, Kaitennage Ushiro Katatedori Kubijimi Shihonage, Kotegaeshi Ushiro-Munedakijime Ikkyo, Iriminage, Kokyunage Ushiro Eridori Iriminage, Ikkyo, Kokyunage.	T T T T
- Ryokatadori - Ryohijidori	Ikkyo, Sankyo, Kokyunage Ikkyo, Sankyo, Kokyunage	T T	Iriminage, Aikiotoshi, Shihonage Iriminage, Aikiotoshi, Kotegaeshi	T T		T T

T: Tachiwaza S: Suwariwaza H: Hanmi handachi # tomando la referencia de 15 días de entrenamiento por mes