

PROGRAMMA D'ESAME 3° DAN - SANDAN

ADO UISP TAKEMUSU AIKI IWAMA RYU

CANDIDATO _____

DATA _____

BUKI WAZA

- 13 no jo kata + awase
- 31 no jo kata + awase
- Kumi Tachi 1 - 5
- Kumi Jo 1 - 5
- Ken Tai Jo 1 - 3

BUKI DORI

- Jo dori (5 tecniche)
- Tachi dori (5 tecniche)
- Tan ken dori (5 tecniche)

TAI JUTSU

- Tai No Henko (Kihon-Kinonagare-Tenkan)
- Morotedori Kokyu-ho (5 forme)

1) Tecniche del 1° e 2° Dan in Kihon

2) Tecniche del 1° e 2° Dan in Kinonagare

- Randori
- Suwari waza Ryotedori Kokyu-ho (2 forme)

ESITO _____

Il Direttore Tecnico
Maestro G. Lisco