

PROGRAMMA D'ESAME 5° DAN - GODAN

ADO UISP TAKEMUSU AIKI IWAMA RYU

CANDIDATO _____

DATA _____

BUKI WAZA

AIKIJO: 31 no jo kata awase + kata kumi jo
13 no jo kata awase
Kumi Jo 1 - 10
Ken Tai Jo 1 - 7 + Henka waza

AIKIKEN: Ki musubi no tachi
Kumi Tachi 1 - 5 + Henka waza

BUKI DORI

Tan ken dori / Tachi dori / Jo dori / Jo nage

TAI JUTSU

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

1) Tecniche Kihon

2) Tecniche Kinonagare

3) Kaeshi waza (1 controtecnica per ogni principio)

3) Randori

4) Suwari waza Ryotedori Kokyu-ho

ESITO _____

Il Direttore Tecnico
Maestro G. Lisco