



5º Kyu

Mínimo 32 clases y 4 meses de permanencia, sujeto a la evolución del alumno/a.

1. a) Posición de Hanmi: Migi Kamae - Hidari Kamae
b) Desplazamientos: Tenkan Ashi - Tenkan Ura - Tenkan Omote
c) Ataques Básicos: Ai Hanmi Katate Dori - Gyaku Hanmi Katate Dori - Ryote Mochi - Shomen Uchi
2. Gyaku Hanmi Katate Dori: Tai No Henko (en 2 partes)
3. Gyaku Hanmi Katate Dori: Kokyu Ho (O y U) (S)
4. Ai Hanmi Katate Dori: Ikkyo (O y U) (S)
5. Ai Hanmi Katate Dori: Shiho Nage (O y U) (S)
6. Ai Hanmi Katate Dori: Irimi Nage (O y U) (S)
7. Ai Hanmi Katate Dori: Kote Gaeshi (O y U) (S)
8. Shomen Uchi: Ikkyo (O y U) (en 2 partes)
9. Shomen Uchi: Irimi Nage (O y U)
10. Suwari Waza: Kokyu Ho
11. Mae Kaiten Ukemi (desde abajo) *
12. Ushiro Kaiten Ukemi - Ushiro Hantem Ukemi *
13. Zaho Shikko *
Mae Shikko - Ushiro Shikko *
14. Zaho Tenkan *

O = Omote ; U = Ura ; S = Sólido; F = Flexible

* Ukemis, Retenciones y Shikko: NO son necesarios en personas mayores o con dificultad física.



4º Kyu

Mínimo 48 clases y 6 meses de permanencia, sujeto a la evolución del alumno/a.

→ Todos los Wazas de 5º Kyu

1. Ataques Básicos

- a) Yokomen Uchi (como Uke y como Nage)
- b) Chudan Tsuki
- c) Ryote Dori
- d) Ushiro Ryote Dori

2. Gyaku Hanmi Katate Dori: Kiri Oroshi (F)

Gyaku Hanmi Katate Dori: Kiri Kaeshi (S)

3. Gyaku Hanmi Katate Dori: Tenkan Ho Mae y Tenkan Ho Ushiro (S y F)

4. Suwari Waza Shomen Suriage: Ikkyo (O y U)

5. Ryote Mochi: Kokyu Ho (O y U) (S)

6. Gyaku Hanmi Katate Dori: Ikkyo (O y U) (S)

7. Gyaku Hanmi Katate Dori: Shiho Nage (O y U) (S)

8. Gyaku Hanmi Katate Dori: Irimi Nage (O y U) (S)

9. Gyaku Hanmi Katate Dori: Kote Gaeshi (O y U) (S)

10. Shomen Uchi: Ikkyo - Nikkyo - Sankyo - Yonkyo - Gokyo (O y U) (S)

11. Chudan Tsuki: Kote Gaeshi (O y U)

12. Hanmi Handachi Waza Gyaku Hanmi Katate Dori: Ikkyo (O y U) (S y F)

13. Ryote Dori: Tenchi Nage (O y U) (S y F)

14. Ken no Suburi: 1 al 4

15. Jo no Suburi: 1 al 5

16. Ki no Nagare: (como Uke y Nage) (F)

- a) Ai Hanmi Katate Dori: Kihon Waza (Ikkyo, Shiho Nage, Irimi Nage, Kote Gaeshi)

- b) Shomen Uchi (Ikkyo e Irimi Nage)

17. Mae Ukemi de Arriba *

O = Omote ; U = Ura ; S = Sólido; F = Flexible

* Ukemis, Retenciones y Shikko: NO son necesarios en personas mayores o con dificultad física.



3er. Kyu

Mínimo 64 clases y 8 meses de permanencia, sujeto a la evolución del alumno/a.

→ Todos los Wazas de 5° y 4° Kyu

1. Todos los ataques básicos
2. Suwari Waza Shomen Suriage: Irimi Nage (O y U)
3. Suwari Waza Kata Dori: Nikkyo (O y U) (S y F)
3. Yokomen Uchi:
 - Ikkyo - Nikyo - Sankyo - Yonkyo - Gokyo (O y U)
 - Shiho Nage (O y U)
 - Irimi Nage (O y U)
 - Kote Gaeshi (O y U)
 - Kokyu Ho (O y U)
4. Kata Dori: Ikkyo, Nikkyo, Sankyo, Yonkyo, Rokkyo (Ude Hishigi) (O y U) (S y F)
5. Chudan Tsuki: Shiho Nage (O y U)
6. Gyaku Hanmi Katate Dori: Mawashi Kaiten Nage Uchi (O y U) (S y F)
7. Hanmi Handachi Waza Gyaku Hanmi Katate Dori: Shiho Nage (O y U) (2 formas) (S)
8. Ken no Suburi: 1 a 7
9. Jo no Suburi: 1 a 10
10. Jo Awase Roku (6): 2 contactos
11. Ki no Nagare: (como Uke y Nage)
 - Ai Hanmi Katate Dori: Ikkyo, Nikkyo, Sankyo, Yonkyo, Ude Hishigi
 - Gyaku Hanmi Katate Dori : Kihon Waza (Ikkyo, Shiho Nage, Irimi Nage, Kote Gaeshi)
 - Yokomen Uchi
12. Kokyu Nage: (Mínimo 3 wazas) (como Uke y Nage)
 - Ai Hanmi Katate Dori
 - Gyaku Hanmi Katate Dori
 - Shomen Uchi
 - Ryote Mochi
13. Ukemi de Koshi Nage (de abajo y de arriba) *

O = Omote ; U = Ura ; S = Sólido; F = Flexible

* Ukemis, Retenciones y Shikko: NO son necesarios en personas mayores o con dificultad física.



2º Kyu

Mínimo 64 clases y 8 meses de permanencia, sujeto a la evolución del alumno/a.

→ Todos los Wazas de 5º, 4º y 3er. Kyu

1. Suwari Waza Kata Dori: Sankyo y Yonkyo (O y U) (S y F)
2. Suwari Waza Shomen Suriage: Kote Gaeshi (O y U) (F)
3. Ryote Dori : 5 Wazas (S)
4. Ushiro Tekubi Dori:
 - Kokyu Ho - Ikkyo - Nikkyo - Sankyo - Yonkyo (O y U) (S y F)
5. Ushiro Tekubi Dori:
 - Shiho Nage - Irimi Nage - Kote Gaeshi - Tenkan Otoshi
 - Juji Garami (O y U) (S y F)
6. Gyaku Hanmi Katate Dori: Mawashi Kaiten Nage Soto (O y U) (S y F)
7. ChudanTsuki: Mawashi Kaiten Nage (O y U)
8. Shomen Uchi: Mawashi Kaiten Nage (O y U)
9. Koshi Nage (como Uke y Nage):
 - Gyaku Hanmi Katate Dori (3 Wazas) (S)
 - Ryote Mochi (3 Wazas) (S)
 - Ryote Dori (3 Wazas) (S)
10. Muna Dori: Ude Hishigi (S y F) - Kata Dori: Ude Hishigi (S y F)
11. Jo no Suburi (1 a 20)
12. Jo: Ju San no Suburi (13 Mov.)
13. Jo Awase 4 (Mov. separados y Awase)
14. Jo Awase Roku (6): Desfasado (5 contactos)
15. Bokken: Shiho Giri – Happpo Giri
16. Ken Awase: 1, 5 y 7
17. Ki no Nagare (como Uke y Nage):
 - Gyaku Hanmi Katate Dori: Ikkyo, Nikkyo, Sankyo, Yonkyo, Ude Hishigi
 - Ushiro Tekubi Dori
 - Kata Dori
 - Suwari Waza Shomen Suriage
18. Kokyu Nage (como Uke y Nage):
 - Shomen Uchi (Mínimo 3 wazas)
 - Yokomen Uchi (Mínimo 3 wazas)
 - Tsuki (Mínimo 3 wazas)
 - Ushiro Tekubi Dori (Mínimo 3 wazas)
19. Teórico: Biografía del Creador, conocimientos de Hombu Dojo y de la Organización Aikido Aikikai Latinoamericana.

O = Omote ; U = Ura ; S = Sólido; F = Flexible

* Ukemis, Retenciones y Shikko: NO son necesarios en personas mayores o con dificultad física.



1er. Kyu

Mínimo 96 clases, 12 meses de permanencia y 8 Yudanshakai, sujeto a la evolución del alumno/a.

→ Todos los Wazas de 5° a 2° Kyu, a elección de los evaluadores

1. Tsuki:

- Ikkyo - Shiho Nage - Irimi Nage - Kote Gaeshi (O y U)
- Kokyu Ho - Ude Hishigi - Ude Kime Nage - Kaiten Nage

2. Shomen Uchi: Shiho Nage (O y U)

3. Shomen Uchi: Kote Gaeshi (O y U)

4. Gyaku Hanmi Katate Dori: Sumi Otoshi (O y U) (2 Formas)

5. Hanmi Handachi Waza Gyaku Hanmi Katate Dori: Kaiten Nage Uchi (O y U) (S)

6. Hanmi Handachi Waza Gyaku Hanmi Katate Dori: Kote Gaeshi

7. Hanmi Handachi Waza Gyaku Hanmi Katate Dori: Kokyu Nage (3 Wazas)

8. Koshi Nage:

- Shomen Uchi (3 Wazas)
- Yokomen Uchi (3 Wazas)
- Ushiro Tekubi Dori (3 Wazas como Uke y Nage)

9. Ken Awase (1 a 10)

10. Jo Awase (1 a 15)

11. Jo: San Ju Ichi no Suburi (31 Mov.)

12. Jiyu Waza (1 Uke): 20 Wazas

O = Omote ; U = Ura ; S = Sólido; F = Flexible

* Ukemis, Retenciones y Shikko: NO son necesarios en personas mayores o con dificultad física.