

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

	<b>6° Kyu</b>		<b>5° Kyu</b>		<b>4° Kyu</b>	
<b>Prerequisite para examinar</b>	Minimo 36 dias de practica 3 punto de curso		Minimo 36 dias de practica 3 puntos de curso despues 6 <sup>th</sup> kyu como 6 <sup>th</sup> kyu, +		Minimo 72 dias de practica + 6 puntos de cursos despues 5 <sup>th</sup> kyu como 5 <sup>th</sup> kyu, +	
<b>Escenciales -&gt;</b>	<u>Rei ho</u> (etiqueta basico). <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 in 4 & 8 directiones. Chudan y jodan choku tsuki y furizuki.	
<b>Kosadori</b>	Iriminage	T	Shihonage Ikkyo Nikyo	T T T	Uchikaiten sankyo Kotegaeshi Udekime nage	T T T
<b>Katatedori</b>	Shihonage	T	Shihonage Iriminage Kaiten nage	T, H T T	Tenchinage Ikkyo, Nikyo Kotegaeshi Sumiotoshi	T T T T
<b>Ryotedori</b>	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
<b>Morotedori</b>			Kokyunage ** Tachiwaza kokyu ho (Rippo)	T T	Ikkyo, Nikyo Iriminage, Shihonage Kotegaeshi	T T T
<b>Katadori</b>			Ikkyo Nikyo	T, S T, S	Sankyo Yonkyo Kokyunage (menuchi)**	T, S T, S T
<b>Shomenuchi</b>	Ikkyo	T, S	Nikyo Iriminage	T, S T, S	Sankyo, Yonkyo Shihonage Kotegaeshi Kaiten nage	T, S T T T
<b>Yokomenuchi</b>			Shihonage Iriminage	T T	Ikkyo, Nikyo Sankyo, Yonkyo Kotegaeshi	T, S T, S T
<b>Tsuki</b>					Iriminage Kotegaeshi Ikkyo	T T T
<b>Ushiro ryotedori</b>					Ikkyo Kokyunage **	T T
<b>Sodedori</b>					Iriminage (sokumen) Kokyunage ** (soto)	T T
<b>Munedori</b>					Ikkyo	T
<b>T: Tachiwaza S: Suwariwaza H: Hanmi handachi</b>						
<b>** Kokyunage – el mismo en la forma jodan/tenkan</b>						

La Asociacion Cultural Canarias Aikikai Aikido es autorizada para enseñar Aikido en las Islas Canarias (españa) reconocido del la  
Aikikai Fundacion, Hombu Dojo, Tokyo Japon.  
(2015)

**Canarias Aikikai Aikido**  
**Programa de entrenamiento 3° KYU – 1° KYU**

	3° Kyu		2° Kyu		1° Kyu	Dan grados
<b>Prerequisite para examinar</b>	Mínimo 72 días de practica + 6 puntos de cursos despues de 4 <sup>th</sup> kyu como 4 <sup>th</sup> kyu, +		Mínimo 90 días de practica + 12 puntos de cursos despues de 3rd kyu como 3 <sup>rd</sup> kyu, +		Mínimo 100 días de practica + 20 puntos de cursos despues de 2 <sup>nd</sup> kyu como 2nd kyu, +	
<b>Escenciales -&gt;</b>  (incl. 6-4kyu)	Bokken & Tanken: suburi.  Patada (geri): Mae-,yoko-, & mawarigeri.  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> .		Shodan 120 días (1 año min) # 20 puntos cursos  Nidan 240 días (Min2años) # 40 puntos cursos  Sandan 360 días (Min3años) # 60 puntos cursos	Geri kokyunage, Kendori, Ninindori, Jiyuwaza,  Henka oyowaza, Futarigake, Jodori, Kaishiwaza  Kakarigeiko
<b>Attack</b>	- waza -					
<b>Katatedori</b> (Sodedori)	Kotegaeshi (jo-/chu-/ge dan) Udekiminage Kokyunage Sankyo, Yonkyo <b>(Uchi-irimi-tenkan Kosadori)</b> 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 <b>(Uchi-irimi-tenkan gyaku hanmi Katatedori)</b> Kotegaeshi Iriminage	T, H T, H T  T T
<b>Morotedori</b> (incl ushiro)	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
<b>Ryotedori</b>	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
<b>Ryohijidori</b>	Kokyunage	T	Iriminage, Ikkyo, Shihonage.		Aikiotoshi	T
<b>Katadori</b> incl (Kata-menuchi) (& Ryokata)	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
<b>Shomenuchi</b> (Tantodori)*	Iriminage Gokyo* Sumiotoshi Uchi-kaiten sankyo* Kokyunage Udekiminage	S*,H T*, S* T T* T T	<b>(Uchi-irimi-tenkan)</b> Shihonage Kotegaeshi Kokyunage Advanced kokyunage	T T T T, H	Koshinage Udegaraminage <b>Katadori Shomenuchi</b> Ikkyo, Nikyo, Sankyo, Yonkyo Shihonage, Kotegaeshi, Iriminage, Udekiminage.	T S, T  T T T
<b>Yokomenuchi</b> (Tantodori)*	*Shihonage, Ikkyo, Gokyo*, Udekiminage, Kaiten nage, Kokyunage	H* T T	Uchi-kaiten kokyunage Katagatame, Koshinage, Kotegasehi*, Rokyó*. Advanced kokyunage	T T T*,S* T, H	<b>Katadori Yokomenuchi</b> Shihonage Udekiminage Ikkyo	T T T, H
<b>Tsuki</b> (Munedor)	<b>(Chudan)</b> Ikkyo, Nikyo, Sankyo*, Yonkyo, Gokyo*	T* T, S*	<b>(Chudan)</b> Udeshigi*, Sotokaitenage, Shihonage, Tenchinage	T* T	<b>(Jodan)</b> Nikyo, Sankyo, Shihonage*	T
<b>(Tantodori)*</b>	<b>(Jodan)</b> Ikkyo, Iriminage*	T	<b>(Jodan)</b> Kokyunage, Kotegaeshi*,	T*, H	<b>Katadori Tsuki (Jodan)</b> Ikkyo	T
<b>Ushiro waza - Ryotedori</b>	Ikkyo, Ni -/,San-/Yon -kyo Jujigarami & Shihonage,  <b>Ushiro Katatedori Kubejimi</b> Ikkyo, Iriminage Jujigaraminage, Kokyunage	T, H T  T T T	Kotegaeshi, varied Kokyunage  <b>Ushiro Katatedori Kubejimi</b> Sankyo, Koshinage <b>Ushiro-Munedakijime</b> Shihonage, Kotegaeshi	T  T T T	Koshinage, Iriminage, Kaitennage  <b>Ushiro Katatedori Kubijimi</b> Shihonage, Kotegaeshi <b>Ushiro-Munedakijime</b> Ikkyo, Iriminage, Kokyunage	T  T T
<b>- Ryokatadori - Ryohijidori</b>	Ikkyo, Sankyo, Kokyunage Ikkyo, Sankyo, Kokyunage	T T	Iriminage, Aikiotoshi, Shihonage Iriminage, Aikiotoshi, Kotegaeshi	T T	<b>Ushiro Eridori</b> Iriminage, Ikkyo, Kokyunage.	T
<b>T: Tachiwaza S: Suwariwaza H: Hanmi handachi # Asumida sobre 12 días de entrenamiento por mes</b>						