

Passage des grades enfant



Voici les techniques à maîtriser afin de passer le grade mentionné.

A chaque grade supplémentaire, l'élève doit ajouter les techniques des grades inférieur à son grade de passage.

Exemple : un passage pour ceinture orange doit présenter toutes les techniques cumulées de la ceinture blanche-jaune à la ceinture orange.

Ceinture blanche-jaune

Technique debout (tachi waza)

Ai Hammi Katate Dori	Irimi nage	
Ai Hammi Katate Dori	Kote gaeshi	
Ai Hammi Katate Dori	ikkyo	Omote / Ura

- ⇒ Chute avant et arrière + déplacement à genoux (Shikko)
- ⇒ Ryote dori Kokyo Ho (à genoux face à face)

- ⇒ Nom du fondateur de l'aikido : Morihei Ueshiba
- ⇒ Compter en japonais jusque 10 : 1 ichi – 2 ni – 3 san – 4 shi – 5 go – 6 roku – 7 shichiou – 8 hachi – 9 kyu – 10 jù

Ceinture jaune

Technique debout (tachi waza)

Ai Hammi Katate Dori	Shiho nage	Omote / Ura
Katate Dori	Uchi kaiten nage	Omote
Shomen Uchi	Irimi nage	

- ⇒ Chute avant et arrière + déplacement à genoux (Shikko)
- ⇒ Ryote dori Kokyo Ho (à genoux face à face)

- ⇒ Nom du fondateur de l'aikido : Morihei Ueshiba
- ⇒ Compter en japonais jusque 10 : 1 ichi – 2 ni – 3 san – 4 shi – 5 go – 6 roku – 7 shichiou – 8 hachi – 9 kyu – 10 jù

Ceinture jaune- orange

Technique debout (tachi waza)

Katate Dori	Tenchi Nage	
Katate Dori	Ikkyo	Omote / Ura

- ⇒ Chute avant et arrière + déplacement à genoux (Shikko)
- ⇒ Ryote dori Kokyo Ho (à genoux face à face)

- ⇒ Nom du fondateur de l'aikido : Morihei Ueshiba
- ⇒ Compter en japonais jusque 10 : 1 ichi – 2 ni – 3 san – 4 shi – 5 go – 6 roku – 7 shichiou – 8 hachi – 9 kyu – 10 jù

Ceinture orange

Technique debout (tachi waza)

Katate Dori	Udekime nage	Omote / Ura
Katate Dori	Kokyu Nage	

Technique à genoux (suwari waza)

Ai Hammi Katate Dori	ikkyo	Omote / Ura
----------------------	-------	-------------

- ⇒ Chute avant et arrière + déplacement à genoux (Shikko)
- ⇒ Ryote dori Kokyo Ho (à genoux face à face)

- ⇒ Nom du fondateur de l'aikido : Morihei Ueshiba
- ⇒ Compter en japonais jusque 10 : 1 ichi – 2 ni – 3 san – 4 shi – 5 go – 6 roku – 7 shichiou – 8 hachi – 9 kyu – 10 jù

Ceinture orange-verte

ryote Dori	Tenchi nage	Omote / Ura
ryote Dori	udekime Nage	
Jodan tsuki	Irimi nage	

- ⇒ Chute avant et arrière + déplacement à genoux (Shikko)
- ⇒ Ryote dori Kokyo Ho (à genoux face à face)

- ⇒ Nom du fondateur de l'aikido : Morihei Ueshiba
- ⇒ Compter en japonais jusque 10 : 1 ichi – 2 ni – 3 san – 4 shi – 5 go – 6 roku – 7 shichiou – 8 hachi – 9 kyu – 10 jù

Les saisies ou les frappes (colonne 1 du tableau)

Katate dori



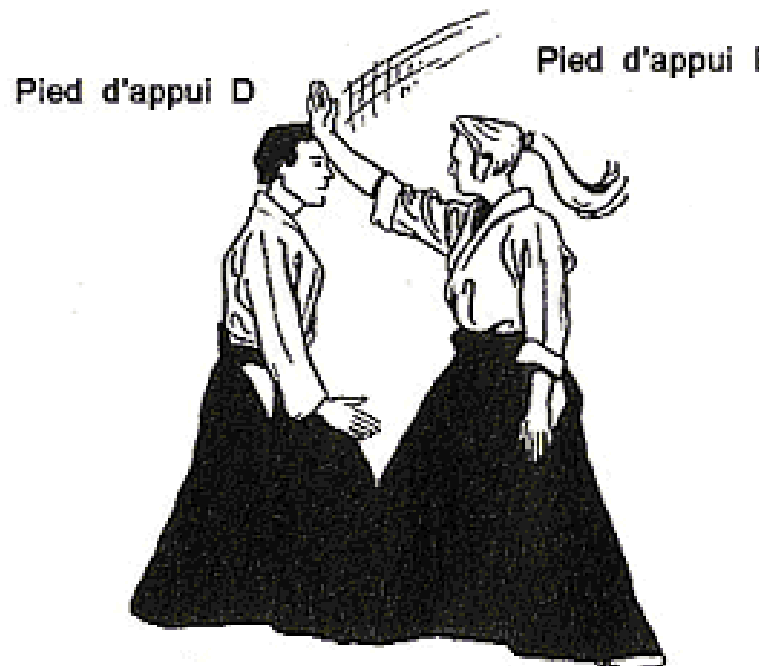
Ai Hammi Katate Dori



ryote dori



Shomen uchi



Les immobilisations ou projections (colonne 2 du tableau)

ikkyo



Kote gaeshi



Shiho nage

Pied
d'appui G



Tenchi nage



Vocabulaire (3^{ème} colonne)

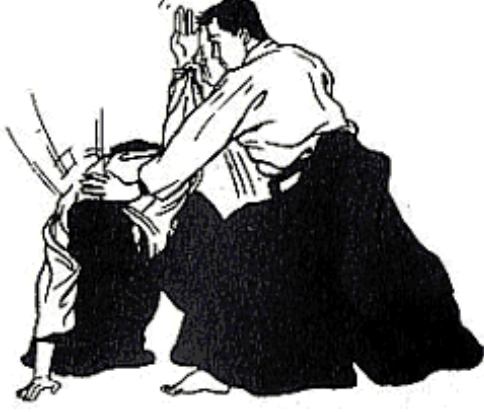
Omote signifie « devant »

Ura signifie « derrière » (tourner dans le dos)

Udekime nage



Uchi kaiten nage



Kokyo Ho

