



ヴィルヌーヴ・ラ・ギャレンヌ岩間武産合気道
Takemusu Aikido **Renmei France**

CONNAISSANCES TECHNIQUES EXIGÉES POUR LE GRADE DU 5^{ÈME} KYŪ « **GOKYU** »
(Minimum de pratique 30 jours)

TACHIWAZA (Techniques debout de face)

- Ai Hanmi
- Gyaku Hanmi
- Tai Sabaki (3 formes)
- Ukemi (Mae - Ushiro)
- Katatedori Tai No Henko (Kihon et Ki-no-nagare)
- Katatedori Shihonage (Omote et Ura)
- Morotedori Kokyu Ho (Kihon)
- Shomenuchi Dai Ikkyo (Omote et Ura)
- Shomenuchi Iriminage

SUWARIWAZA (Techniques à genoux)

- Ryotedori Kokyu Ho

BUKIWAZA (Ken et Jo)

- Ken Suburi formes 1 et 2
- Jo Suburi formes 1 à 5

Bon courage

Le comité de coordination de TAKEMUSU AIKIDO **RENMEI FRANCE**



岩間武産合気
守弘