



## Esame II° Kyu



Aiki taiso, tai sabaki, ushiro ukemi, mae ukemi, shikko

### TACHIWAZA:

Eseguire le seguenti tecniche

Prese	Tecniche	Forma
<i>Katate dori</i>	<i>Tai no henko</i>	<i>Kihon-ki no nagare</i>
<i>Katate dori ai hanmi</i>	<i>Tai no henko</i>	<i>Ki no nagare</i>
<i>Morote dori</i>	<i>Kokyū ho</i>	<i>Kihon</i>
<i>Shomenuchi</i>	<i>Dai ikkyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Shomenuchi</i>	<i>Dai nikyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Shomenuchi</i>	<i>Dai sankyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Shomenuchi</i>	<i>Dai yonkyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Yokomenuchi</i>	<i>Dai ikkyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Sodedori</i>	<i>Dai ikkyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Sodedori</i>	<i>Kokyūnage</i>	<i>Kihon</i>
<i>Katatedori</i>	<i>Uchikaitennage</i>	<i>Kihon</i>
<i>Katatedori</i>	<i>sotokaitennage</i>	<i>Kihon</i>
<i>Morotedori</i>	<i>Dai ikkyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Morotedori</i>	<i>Dai nikyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Morotedori</i>	<i>Kotegaeshi</i>	<i>Kihon</i>
<i>Ryotedori</i>	<i>Iriminage</i>	<i>Kihon</i>
<i>Ryotedori</i>	<i>Kotegaeshi</i>	<i>Kihon</i>
<i>Ryotedori</i>	<i>Kokyūnage</i>	<i>Kihon</i>
<i>Ushiro eridori</i>	<i>Dai ikkyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Ushiro ryotedori</i>	<i>Dai ikkyō omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Ushiro ryotedori</i>	<i>Kotegaeshi</i>	<i>Kihon</i>
<i>Ushiro ryotedori</i>	<i>Iriminage</i>	<i>Kihon</i>

## **SUWARIWAZA:**

Eeguire le seguenti tecniche

<i>Shomenuchi</i>	<i>Dai Ikkyo</i>	<i>omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Shomenuchi</i>	<i>Dai nikyo</i>	<i>omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Shomenuchi</i>	<i>Dai sankyo</i>	<i>omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Shomenuchi</i>	<i>Dai yonkio</i>	<i>omote-ura</i>	<i>Kihon</i>
<i>Ryotedori</i>	<i>Kokyu ho</i>		

## **BUKIWAZA:**

*San ju ichi no jo kata*