

3^e Dan Aikibudo

TECHNIQUES COMPLÉMENTAIRES		
Ura otoshi Kata nage (mae, ushiro) Juji garami Eri tori kata ha	Ashi tori sukui Neji taoshi Ashi kake Ashi barai	
<i>Hikitate waza</i> Kan nuki hikitate (deux formes) Hiji mage hikitate (deux formes) Shiho hikitate (deux formes) Kata ha jime hikitate	<i>Shime waza :</i> Ude jime (deux formes) Eri jime Kata ha jime Genko jime Oyayubi jime	
<i>Sutemi waza</i> (sur choku zuki) : Kubi otoshi sutemi Hazu oshi sutemi Harite sutemi Hiji (ude) kake sutemi Soto waki tori sutemi Ude tomoe sutemi	<i>Randori :</i> Wa no seishin Ju no randori Futari no randori Taninzu randori	Buki dori randori Randori de canalisation Kaeshi waza Renraku waza
KATAS SANS ARMES		
<i>Tai no kata</i>		
Tenbim nage/ude gake Hachi mawashi Yuki chigae Mae hiji kudaki Kata ha otoshi Hazu oshi sutemi	Ryote dori Mae eri dori et mawashi tsuki Ushiro uwate dori Ushiro uwate dori Mae kumi tsuki (mae kake dori) Tsuppari	
<i>Ikkajo tachi Iai</i> (Daito Ryu)		
Ippon dori Kuruma daoshi Gyaku ude dori Koshi guruma Karami nage Ura otoshi Obi otoshi Kiri otoshi Kote gaeshi Shiho nage	Shomen uchi Omote yoko men uchi Muna dori Mae juji jime Muna dori, shomen uchi Sode dori Mae juji jime Ryo sode dori Ryote dori Jyunte dori	
KATAS AVEC ARMES		
<i>Gen ryu no kata</i>		
<i>1^{re} partie avec sabre :</i> Kote giri Kote giri / waki kiri age Ude giri / kubi giri Mae kubi giri Ura kubi giri Do giri / kubi giri	<i>2^e partie mains à nues :</i> Kote gaeshi age Kata ha otoshi Robuse Mukae daoshi Do gaeshi Shiho nage	
TECHNIQUES CONTRE ARMES		
<i>Tanto dori :</i> Kote gaeshi (tsuki chudan) Kata ha otoshi (tsuki chudan) Ushiro hiji kudaki (tsuki chudan) Kote gaeshi (ura yoko men) Eri jime (ura yoko men) Shiho nage (omote yoko men)	<i>Hambo dori et tambo dori :</i> Tenbim nage (tsuki chudan) Shiho nage (tsuki chudan) Kote gaeshi (tsuki chudan) Kata ha otoshi (tsuki chudan)	
<i>Yoseikan Shinto Ryu (11 Iai) – Katori Shinto Ryu* (11 Iai + Kasumi no tachi)</i>		

*Les candidats ikkyu en Kobudo sont exemptés du programme Katori.