

# AIKIDO BASIC JO AND KEN



ESFAHANIDOJO



## ARIANA ACADEMY AIKIDO AIKIKAI

合気道千葉千種道場昇級昇段審査規定

January 2023

### JO no Suburi

### KEN no Suburi

#### Tsuki no bu

#### Suburi no bu

1. Choku Tsuki
2. Kaeshi Tsuki
3. Ushiro Tsuki
4. Tsuki Gedan gaeshi
5. Tsuki Jodan gaeshi

شروع حرکت با پای چپ می باشد.

1. Hanmi
2. Zengo
3. Shiho
4. Happo
5. Shikodachi

شروع حرکت با پای راست می باشد.

#### Men no bu

#### Kirikaeshi no bu

1. Shomen uchi komi
2. Renzoku uchi komi
3. Men uchi Gedan gaeshi
4. Men uchi Ushiro tsuki
5. Hidari Yokomen Ushiro tsuki

شروع حرکت با پای راست می باشد.

1. Hanmi
2. Zengo
3. Shiho
4. Happo
5. Shikodachi

شروع حرکت با پای راست می باشد.

#### Katate no bu

#### Ashi no Fumikae

1. Katate Gedan gaeshi
2. Katate Toma uchi
3. Katate Hachi no ji gaeshi

شروع حرکت با پای چپ می باشد.

#### Kihon

1. Mae/Ushiro - Suburi
2. Mae/Ushiro - Kirikaeshi

#### Hasso no bu

#### Tsuki

1. Hasso gaeshi Uchi
2. Hasso gaeshi Tsuki
3. Hasso gaeshi Ushiro Tsuki
4. Hasso gaeshi Ushiro Uchi
5. Hasso gaeshi Ushiro Barai

شروع حرکت با پای راست می باشد.

1. Mae/Ushiro - Suburi Tsuki
  2. Mae/Ushiro - Kirikaeshi Tsuki
- شروع حرکت با پای راست و با حرکت جا به جا کردن پاها راست و چپ می باشد.

#### Tsuki no bu

#### Tsuki

1. Hanmi
2. Zengo
3. Shiho
4. Happo

شروع حرکت استاد و نشسته راست و چپ انجام شود.

#### Nagare no bu

1. Hidari Nagare gaeshi Uchi
2. Migi Nagare gaeshi Tsuki

شروع حرکت با پای راست و بعد پای چپ می باشد.

#### Kihon Fumikomi

1. Hanmi
2. Zengo
3. Shiho
4. Happo

شروع حرکت استاد و نشسته راست و چپ انجام شود.