



Programa obtenció graus KYU

5è KYU - CINTURÓ GROC -

Requisit: 30 classes d'assistència des de l'inici de la pràctica

TACHI WAZA

Aihanmi Katatedori

合気道
ESTRAC

Ikkyo
Sankyo
Iriminage
Kotegaeshi
Shihonage
Uchikaiten nage
Uchikaiten Sankyo

Shomenuchi

Ikkyo
Nikyo
Iriminage
Kotegaeshi

Chudantsuki

Iriminage
Kotegaeshi

Gyakuhanmi katatedori

Ikkyo
Shihonage
Tenchinage
Udekimenage
Kokyunage

Katadori

Ikkyo



Programa obtenció graus KYU

5è KYU - CINTURÓ GROC -

SUWARI WAZA

SW Shomenuchi

Ikkyo

SW Katadori

Ikkyo

SW Ryotedori

> Kokyuho





Programa obtenció graus KYU

4t KYU - CINTURÓ TARONJA -

Requisit: 40 classes de pràctica després d'obtenir el 5è Kyu

TACHI WAZA

Shomenuchi

Sankyo
Uchikaiten Sankyo

Yokomenuchi

Iriminage
Kotegaeshi
Shihonage
Tenchinage
Udekiminage

Chudantsuki

Hijikimeosae
Udekiminage

Jodantsuki

Ikkyo

Ryotedori

Ikkyo
Shihonage
Tenchinage
Udekimenage

Gyakuhanmi katatedori

Nikyo



Programa obtenció graus KYU

4t KYU - CINTURÓ TARONJA -

SUWARI WAZA

SW Shomenuchi

SW Ryotedori

Nikyo

Kokyuho





Programa obtenció graus KYU

3r KYU - CINTURÓ VERD -

Requisit: 50 classes de pràctica després d'obtenir el 4t Kyu

TACHI WAZA

Shomenuchi

Yonkyo
Gokyo

Yokomenuchi

Ikkyo
Uchikaiten Sankyo

Chudantsuki

Uchikaiten Sankyo
Sotokaiten nage

Jodantsuki

Kotegaeshi
Shihonage

Gyakuhanmi katatedori

Sankyo
Yonkio
Iriminage
Uchikaiten Nage

**Katate ryote dori
(Morotedori)**

Ikkyo
Nikyo
Kotegaeshi



Programa obtenció graus KYU

3r KYU - CINTURÓ VERD -

Ryotedori

Iriminage
Kotegaeshi
Kokyunage

Ushiro ryotedori

Ikkyo
Hijikimeosae
Iriminage
Kotegaeshi
Shihonage

SUWARI WAZA

SW Shomenuchi

Iriminage
Kotegaeshi

SW Katadori

Sankyo

SW Ryotedori

Kokyuho



Programa obtenció graus KYU

2n KYU - CINTURÓ BLAU -

Requisit: 50 classes de pràctica després d'obtenir el 3r Kyu

TACHI WAZA

Shomenuchi

Jiyuwaza

Yokomenuchi

Nikyo
Sankyo
Yonkio
Gokyo
Koshinage

Munadori

Ikkyo
Shihonage
Uchikaiten Sankyo

Katadori menuchi

Ikkyo
Iriminage
Kotegaeshi
Shihonage
Koshinage

Jodantsuki

Nikyo
Sankyo

Maegeri

Iriminage

Ushiro eridori

Ikkyo



Programa obtenció graus KYU

2n KYU - CINTURÓ BLAU -

Ushiro ryokatadori

Ikkyo
Nikyo
Sankyo
Iriminage
Kotegaeshi

Ushiro ryohijidori

Iriminage
Kotegaeshi

Ushiro katatedori kubishime

Ikkyo

SUWARI WAZA

SW Shomenuchi

Yonkyo
Sotokaiten nage

SW Ryokatadori

Ikkyo

SW Chudantsuki

Kotegaeshi

SW Jodantsuki

Ikkyo

SW Ryotedori

Kokyuhō



Programa obtenció graus KYU

1r KYU - CINTURÓ MARRÓ –

Requisit: 60 classes de pràctica després d'obtenir el 2n Kyu

TACHI WAZA

Yokomenuchi

Jiyuwaza

Chudantsuki

Jiyuwaza

Maegeri

Jiyuwaza

Munadorimenuchi

Ikkyo
Nikyo
Sankyo
Koshinage

Jodantsuki

Yonkio
Iriminage
Ushiro kiriotoshi
Sotokaiten nage
Koshinage

Ushiro ryotedori

Yonkio
Kokyunage
Koshinage

Ushiro katatedori kubishime

Nikyo
Sankyo
Hijikimeosae

Ushiro eridori

Nikyo
Sankyo
Iriminage



Programa obtenció graus KYU

1r KYU - CINTURÓ MARRÓ -

HANMI-HANDACHI WAZA

HH Katatedori

Ikkyo
Shihonage
Uchikaiten nage

HH Ryotedori

Shihonage

SUWARI WAZA

SW Shomenuchi

Jiyuwaza

SW Ryokatadori

Sankyo
Yonkyo

SW Katadori menuchi

Iriminage
Kotegaeshi
Kokyunage

SW Ryotedori

Kokyuho