



A.K.I.  
Sudamérica

PROGRESIÓN  
DE GRADOS Y TÉCNICAS

**AIKIDO KENKYUKAI INTERNATIONAL SUDAMÉRICA**



# CONTENIDOS

---

<b>Requisitos generales .....</b>	<b>pág.3</b>
<b>Protocolo de examen.....</b>	<b>pág.4</b>
<b>Programa técnico:</b>	
gokyu .....	pág.5
yonkyu.....	pág.6
sankyu .....	pág.7
nikyu.....	pág.8
ikkyu.....	pág.9
shodan.....	pág.10
nidan .....	pág.11
<b>Glosario de términos utilizados.....</b>	<b>pág.12 y 13</b>



## REQUISITOS GENERALES PARA LA EXAMINACIÓN.

---

1. Pago de cuota anual de membresía y pagos mensuales al día.
2. Conocimiento de la etiqueta del dojo y de los exámenes (secuencia de saludos, keikogi ordenado y limpio, comportamiento respetuoso, disposición para limpiar el dojo, etc).
3. Dominio del programa técnico y la terminología en japonés asociada a los ataques y técnicas requeridas para rendir el examen. Para cada grado en particular, se pondrá énfasis en las técnicas indicadas en la lista, además de una selección de técnicas de los grados anteriores.
4. Debe completarse un formulario y ser entregado al panel de examinadores por el instructor del practicante con anterioridad al examen, acreditando que se satisface el número de keiko requerido, período de tiempo entre cada examen y cantidad de gasshuku para el grado que se intenta. La cuota de examinación deberá pagarse con anterioridad al examen y no será restituido al practicante en caso de no aprobarlo.

*Nota: El panel puede dispensar al practicante del período de tiempo, número de keiko y asistencia a seminarios requeridos tratándose de personas talentosas que vengan de otros grupos de Aikido, y en casos de talento excepcional. También se puede dispensar la baja asistencia a seminarios tratándose de practicantes que residan en zonas aisladas.*

5. Los estudiantes deben estar dispuestos a aceptar la decisión del panel de examinadores y de los profesores respecto del examen. La responsabilidad por la calidad de un examen corresponde al estudiante examinado y a su profesor.
6. En el caso de exámenes para shodan y grados superiores, el instructor del estudiante debiera dar aviso al panel de examinadores con una anticipación de 9 a 12 meses previos al examen. El panel requiere de tiempo para conocer al estudiante para poder examinarlo adecuadamente. Además, Takeda Shihan o los daisenpai debieran conocer a los estudiantes examinados para shodan o grados superiores, cuando sea posible.

Además, puesto que los exámenes Dan deben ser registrados en el Aikikai Honbu Dojo de Tokyo, se requerirá de documentos adicionales. Estos formularios deberán ser completados y enviados al panel de examinadores, junto con la cuota de examinación en yenes japoneses un mes antes del examen.

7. Los exámenes para sandan y grados superiores deben rendirse ante Takeda Shihan en el A.K.I. Honbu Dojo en Yokohama, Japón.



## PROTOCOLO DE EXÁMENES

---

1. Asegúrate de estar presentable y que tu dogi esté limpio.
2. Espera silenciosa y atentamente en seiza durante los demás exámenes.
3. Cuando digan tu nombre, avanza rápidamente y alinéate en dirección al shomen.
4. A la señal del panel de examinadores, saluda al shomen (parte delante del dojo). Gira y saluda al panel, y luego gira hacia tu uke.
5. Escucha con cuidado y atentamente las instrucciones. Una vez que se nombre la técnica, cada técnica debiera realizarse en omote (versión hacia adelante), hacia la derecha y hacia la izquierda, y luego ura (versión por detrás), hacia la derecha y hacia la izquierda y finalizar con osae (inmovilización), cuando sea posible.
6. Los exámenes deben ser precisos, energéticos y vigorosos mientras la mente se mantiene en calma. Haz tu mejor esfuerzo y muestra tu espíritu – esto es lo más importante.
7. Al finalizar el examen y cuando así lo indique el panel, saluda a tu uke y di “arigato gozaimashita”. Luego gira y saluda al panel, y finalmente al shomen.
8. Muévete rápidamente al borde del tatami y espera en seiza.



## GOKYU 5º Kyu

### Requisitos mínimos:

6 meses de práctica

50 keiko

### TAIJUTSU:

#### Suwari waza:

shomen uchi ikkyo

omote / ura

suwari osae

shomen uchi nikkyo

omote / ura

suwari osae

shomen uchi sankkyo

omote / ura

suwari osae

ryote dori kokyu ho

suwari ryote dori kokyu ho

#### Tachi waza:

shomen uchi ikkyo

omote / ura

suwari osae

shomen uchi nikkyo

omote / ura

suwari osae

shomen uchi irimi nage

katate dori shiho nage

omote / ura

tachi osae

katate dori kote gaeshi

katate dori kokyu nage

omote / ura

tachi osae

katate dori kokyu nage

ryote dori tenchinage

irimi

#### Buki waza:

*Ken suburi:* shomen giri  
kesa giri



## YONKYU 4º Kyu

### Requisitos mínimos:

6 meses desde el examen de gokyu

60 keiko desde el examen de gokyu  
1 gasshuku

### TAIJUTSU:

#### Suwari waza:

kata dori nikkyo

omote / ura

suwari osae

#### Tachi waza:

shomen uchi sankyo

omote / ura

suwari osae

ryote dori shiho nage

omote / ura

tachi osae

ryote dori kokyu nage

yokomen uchi shiho nage (tenkan)

omote / ura

yokomen uchi irimi nage (tenkan)

#### Buki waza:

*Ken suburi:* tsuki  
zengo giri

*Jo dosa:* tsuki

---

\*Más una selección de técnicas del grado anterior.



## SANKYU 3º Kyu

### Requisitos mínimos:

6 meses desde el examen de yonkyu

70 keiko desde el examen de yonkyu  
2 gasshuku

### TAIJUTSU:

#### Suwari waza:

shomen uchi yonkyo

omote / ura

suwari osae

#### Tachi waza:

katate dori shiho nage

omote / ura con tenkan

katate dori kokyu nage antes de ser tomado

katate dori kaiten nage

shomen uchi kote gaeshi

shomen uchi yonkkyo

omote / ura

suwari osae

yokomen uchi kote gaeshi (tenkan)

tsuki kote gaeshi

tsuki irimi nage

ushiro ryote dori shiho nage

ushiro ryote dori kokyu nage

#### Buki waza:

*Ken suburi:* shiho giri

*Tachi dori:* shomen giri kokyu nage

shomen giri kotegaeshi

---

\*Más una selección de técnicas del grado anterior.



## NIKKYU 2º Kyu

### Requisitos mínimos:

6 meses desde el examen de sankyu

80 keiko desde el examen de sankyu  
3 gasshuku

### TAIJUTSU:

#### Suwari waza:

yokomen uchi gokkyo  
kata dori ikkyo – nikkyo  
hanmi handachi waza:  
katate dori shihonage  
katate dori kote gaeshi  
shomen uchi irimi nage

omote / ura

#### Tachi waza:

yokomen uchi gokkyo  
tsuki kote gaeshi  
tsuki irimi nage  
ushiro ryote dori irimi nage  
ushiro ryote dori kote gaeshi  
morote dori kokyu nage  
morote dori ikkyo  
morote dori nikkyo  
kata dori ikkyo – yonkkyo  
kata dori shiho nage  
kata dori kokyu nage  
katate dori (libre)

omote / ura

omote / ura

---

\*Más una selección de técnicas del grado anterior.





## IKKYU 1º Kyu

### Requisitos mínimos:

6 meses desde el examen de nikkyu

90 keiko desde el examen de nikkyu  
4 gasshuku

### TAIJUTSU:

#### Hanmi handachi:

katate dori kaiten nage	omote / ura	
katate dori shiho nage	omote / ura	suwari osae
katate dori kokyu nage	omote / ura	
ryote dori shiho nage		
yokomen uchi kokyu nage	omote / ura	

#### Tachi waza:

katate dori ikkyo – yonkkyo	omote / ura	
katate dori koshi nage		
ushiro ryote dori ikkyo - yonkkyo	omote / ura	suwari osae
ushiro ryote dori koshi nage		
ushiro ryote dori shiho nage	omote / ura	suwari osae
ushiro ryote dori (libre)		
ushiro ryokata dori	Kokyu nage	
ushiro ryokata dori ikkyo		
ushiro ryokata dori nikkyo		
ushiro ryokata dori libre		
shomen uchi kaiten nage		
shomen uchi (libre)		
yokomen uchi (libre)		
ryote dori kaiten nage		
ryote dori (libre)		
morote dori koshi nage		
morote dori (libre)		

#### Buki waza:

*Tachi dori:* shomen giri irimi nage

#### Jiyu waza:

*Futari gake:* hanmi handachi (cualquier ataque a mano desnuda)

---

\*Más una selección de técnicas del grado anterior.



## SHODAN

### Requisitos mínimos:

12 meses luego del examen de ikkyu

100 keiko desde el examen de ikkyu  
5 gasshuku

### TAIJUTSU:

#### Suwari waza:

yokomen uchi gokyo  
mune dori ikkyo  
mune dori nikyo

omote / ura  
omote / ura  
omote / ura

suwari osae  
suwari osae  
suwari osae

#### Tachi waza:

tsuki irimi nage  
tsuki sumi otoshi  
shomen uchi kubi nage  
katate dori sumi otoshi  
katate dori sutemi nage  
ushiro ryote dori aiki otoshi  
ushiro kubi jime sankyo  
ushiro kubi jime irimi nage  
ushiro kubi jime kokyu nage  
ushiro kubi jime juji garami  
ushiro ryote dori juji garami  
ushiro ryote dori kubi nage  
ushiro ryokata dori sutemi nage  
ryomune dori kokyu nage  
hagai jime kokyu nage

omote / ura  
omote / ura

omote / ura

omote / ura  
omote / ura

suwari osae

omote / ura  
omote / ura  
omote / ura

(tachi waza, hanmi handachi)

#### Hanmi handachi waza:

shomen uchi ikkyo  
shomen uchi irimi nage

omote / ura

suwari osae

#### Buki waza:

*Tachi dori:* yokomen giri shiho nage  
yokomen giri kokyu nage  
tsuki kokyu nage

*Jo dori:* yokomen shiho nage  
tsuki kokyu nage (3 versiones; desarmar al uke y proyectar continuamente con el jo)

*Tanto dori:* tsuki kote gaeshi  
tsuki nikyo (aplicado a un codo recto)  
yokomen giri gokyo

#### Jiyu waza:

*Futari gake:* comenzando desde un ataque de morote dori estático en cada muñeca, tori intenta liberarse y continua con jiyu waza (repetir hasta que tori ya no pueda liberarse)

*Sannin gake:* cualquier ataque a mano desnuda

\*Más una selección de técnicas del grado anterior.



## NIDAN

### Requisitos mínimos:

2 años luego del examen de shodan

200 keiko desde el examen de shodan  
8 gasshuku

### TAIJUTSU:

#### Tachi waza:

morote dori shiho nage	omote / ura	tachi osae suwari osae
morote dori juji garami		
mune dori kote gaeshi		
mune dori shomen uchi ikkyo	omote / ura	suwari osae
mune dori shomen uchi nikyo	omote / ura	suwari osae
mune dori shomen uchi irimi nage		
mune dori shomen uchi shiho nage	omote / ura	tachi osae
mune dori shomen ushi koshi nage		
ryomune dori aiki otoshi	omote / ura	

#### Hanmi handachi waza:

ushiro ryokata dori ikkyo	omote / ura	suwari osae
ushiro ryokata dori nikyo	omote / ura	suwari osae
ushiro ryokata dori sankyo	omote / ura	suwari osae
ushiro ryokata dori yonkyo	omote / ura	suwari osae

#### Jiyu waza:

*Hitori gake:* men tsuki (tori y uke ambos con shoto; hanmi handachi)

*futari gake:* más extenso que para shodan; comenzando desde un ataque estático de morote dori en cada muñeca (dos veces o más)

*Sannin gake:* comenzando de un ataque estático de morote dori en cada muñeca con un atacante tomán dolo desde ushiro kubi jime (dos veces o más).

*futari gake:* tachi dori  
jo dori

---

\*Más una selección de técnicas del grado anterior.



## GLOSARIO DE TÉRMINOS UTILIZADOS:

---

<b>aiki otoshi:</b>	caída Aiki
<b>buki waza:</b>	técnicas con armas
<b>futari gake:</b>	ataque de dos personas
<b>gasshuku:</b>	campamento de entrenamiento intensivo
<b>gokyo:</b>	quinta inmovilización a la muñeca
<b>gokyu:</b>	primer grado de cinturón blanco (5to kyu)
<b>hagai jime:</b>	abrazo de oso por la espalda
<b>hanmi handachi waza:</b>	técnica de rodillas contra un atacante de pie
<b>happo giri:</b>	corte de espada en 8 direcciones
<b>hitori gake:</b>	ataque de una persona
<b>ikkyo:</b>	primera inmovilización de la muñeca
<b>ikkyu:</b>	quinto grado de cinturón negro (1er kyu)
<b>irimi nage:</b>	proyección con entrada
<b>jiyu waza:</b>	técnica libre (continua)
<b>jo dosa:</b>	ejercicios básicos con jo
<b>juji garami:</b>	proyección en cruz (cruce de brazos)
<b>kaiten nage:</b>	proyección con rotación
<b>katate dori:</b>	toma de una sola muñeca
<b>ken suburi:</b>	ejercicios básicos con espada
<b>kesa giri:</b>	corte con espada en diagonal
<b>kokyu ho:</b>	técnica de respiración
<b>kokyu nage:</b>	proyección con respiración
<b>kokyu nage (ge):</b>	versión baja de kokyu nage
<b>kokyu nage (jo):</b>	versión alta de kokyu nage
<b>koshi nage:</b>	proyección con la cadera
<b>kote gaeshi:</b>	proyección torciendo la muñeca
<b>kubi nage:</b>	proyección del cuello
<b>men tsuki:</b>	golpe directo hacia adelante, dirigido a la cara
<b>morote dori:</b>	toma de una sola muñeca con ambas manos
<b>mune dori:</b>	toma del pecho o la solapa con una sola mano
<b>nidan:</b>	segundo grado de cinturón negro
<b>nikyo:</b>	segunda inmovilización de la muñeca
<b>nikyu:</b>	cuarto grado de cinturón blanco (2do kyu)
<b>omote:</b>	técnica ejecutada por delante
<b>ryomune dori:</b>	toma de ambas solapas a la altura del pecho con ambas
<b>ryote dori:</b>	toma de ambas manos
<b>sankyo:</b>	tercera inmovilización de la muñeca
<b>sankyu:</b>	tercer grado de cinturón blanco (3er kyu)



## GLOSARIO DE TÉRMINOS UTILIZADOS:

---

<b>sannin gake:</b>	ataque de tres personas
<b>shiho giri:</b>	corte de espada en cuatro direcciones
<b>shiho nage:</b>	proyección en cuatro direcciones
<b>shodan:</b>	primer grado de cinturón negro.
<b>shomen giri:</b>	corte con espada hacia adelante y hacia abajo
<b>shomen uchi:</b>	golpe hacia adelante (y hacia abajo) con la mano vacía
<b>shoto:</b>	espada de madera corta
<b>sumi otoshi:</b>	caída hacia la esquina
<b>sutemi nage:</b>	proyección de sacrificio
<b>suwari osae:</b>	inmovilización de rodillas
<b>suwari waza:</b>	técnicas de rodillas
<b>tachi dori:</b>	defensa desarmada contra una espada
<b>tachi osae:</b>	inmovilización de pie
<b>tachi waza:</b>	técnicas de pie
<b>taijutsu:</b>	técnicas con la mano vacía
<b>tanto dori:</b>	defensa desarmada contra un cuchillo
<b>tenchi nage:</b>	proyección de cielo y tierra
<b>tori:</b>	defensor, persona que ejecuta una técnica
<b>tsuki:</b>	golpe directo hacia adelante, generalmente dirigido al estómago
<b>uke:</b>	atacante, persona que recibe la técnica
<b>ura:</b>	técnica ejecutada por detrás
<b>ushiro kubi jime:</b>	toma de una sola muñeca, asfixiando por la espalda
<b>ushiro ryokata dori:</b>	toma de ambos hombros por la espalda
<b>ushiro ryote dori:</b>	toma de ambas muñecas por la espalda
<b>yokomen uchi:</b>	golpe diagonal, con la mano vacía, al costado de la cabeza
<b>yonkyo:</b>	cuarta inmovilización de la muñeca
<b>yonkyu:</b>	segundo grado de cinturón blanco (4to kyu)
<b>zengo giri:</b>	corte de espada hacia adelante y hacia atrás