

4º DAN

Para el examen de 4º Dan entran también todas las técnicas anteriores de blanco a marrón (de 6º a 1er kyu), por lo que se recomienda practicar también todas las técnicas ya que éste es un ejemplo de examen.

La duración del examen sera de entre 8 y 10 minutos, esto dependerá del nivel que muestre el examinado (siendo menor el tiempo cuanto mayor sea el nivel mostrado por el aspirante) pero nunca inferior a 8 minutos.

En el examen para cuarto Dan el aspirante tendrá que demostrar un mayor control del movimiento de la distancia y del equilibrio, así como una mayor potencia a su vez tendrá que empezar a desarrollar su forma de entender y aplicar el Aikido ya que en el nivel de cuarto Dan la diferencia con los otros grados tiene que ser notable.

(Ejemplo de examen)

TÉCNICAS

SUWARI WAZA

YOKOMENUCHI JIYUWAZA (OMOTE-URA)

SOMENUCHI GOKYO

SOMENUCHI IRIMINAGE (OMOTE-URA)

SOMENUCHI KOTEGAESHI (OMOTE-URA)

HANMIHANDACHI WAZA

KATATEDORI IKKYO (OMOTE-URA)

KATATEDORI SHIHONAGE (OMOTE-URA)

KATATEDORI KOTEGAESHI (OMOTE-URA)

RYOTEDORI SHIHONAGE (OMOTE-URA)

SOMENUCHI IRIMINAGE (OMOTE-URA)

TACHI WAZA

SOMENUCHI IKKYO (OMOTE-URA)

SOMENUCHI NIKYO (OMOTE-URA)

SOMENUCHI KOTEGAESHI (OMOTE-URA)

(Ejemplo de examen)

TACHI WAZA (continuación)

SOMENUCHI IRIMINAGE (OMOTE-URA)

YOKOMENUCHI JIYUWAZA

KATADORI MENUCHI IKKYO (OMOTE-URA)

KATADORI MENUCHI SHIHONAGE (OMOTE-URA)

KATADORI MENUCHI JIYUWAZA

RYOTEDORI TENCHINAGE

RYOTEDORI KOSHINAGE

RYOTEDORI KOKYUNAGE

USHIRO WAZA

USHIRO RYOTEDORI IKKYO (OMOTE-URA)

USHIRO RYOTEDORI JIYUWAZA (OMOTE-URA)

KATATEDORI KUBISHIME JIYUWAZA

TANTO DORI

JIYUWAZA

JO DORI

CHUDANTSUKI JIYUWAZA

JO NAGE

JIYUWAZA

TACHIDORI

SHOMENUCHI JIYUWAZA

KUMI YO

JIYUWAZA

ATAQUE CON CINCO UKES



FEDERACIÓ CATALANA DE JUDO

AIKIDO - DIP - JIU JITSU
KENDO - WU SHU