



1. Demonstração com Armas

- Ken no Suburi 1 a 7
- Kumi Tatchi 1 a 5
- Tachi Tori 1 a 10
- Jo no Suburi 1 a 20
- Kumi Jô 1 a 7
- Kyu no Kata 9
- Jo no Kata - 13
- San Ju Itchi no Kta – 31
- Jotori 1 a 11
- Jotori No Jyu Waza

2. Tanto Tori

3 Ataques em Tsuki - 3 Ataques em Menuchi . 3 Ataques em Yoko Menuchi - 1 Ushiro Waza
1 Mae Waza - 1 Yoko Waza.

3. Demonstração de Tai Jitsu

- Demonstração de Ukemi como Uke
- Demonstração de todas as técnicas do 5º ao 1º Kyu
- Técnicas do 1º Kyu
 - Gyaku Hanmi - Katatori Menuchi
 - Ai Hanmi - Yoko Menuchi
 - Gyaku Hanmi - Morotetori
 - Ai Hanmi Shomen Uchi
 - Ryotetori
 - Koshinage (Ataques: Tsuki - Menuchi - Yokomenuchi - Katatetori Ai hanmi
Katatetori Gyaku Hanmi - Morotetori - Ryotetori - Ushiro Ryotetori - Katate Kubishime)
 - Kubishime Waza
 - Hanmi Handachi Ushiro Waza
 - Suwari Waza
 - Henka Waza
 - Kaeshi Waza
 - Defesa contra chutes (Mae Geri - Yoko Geri - Mawashi Geri - Ushiro Geri)

4. Técnicas Livres em Jyu Waza (3 pessoas com Jo - Boken e Tanto)

O candidato deverá ter participado de no mínimo 50% dos treinos de Yudanshakai e pelo menos 2 (dois) Seminários por ano reconhecidos pela ABAI.

Curso Suporte Básico da Vida

Dissertação oral sobre os princípios filosóficos do Aikido

Demonstração de uma aula básica