



REGLEMENT PARTICULIER DE LA COMMISSION  
SPECIALISEE DES DANS et GRADES EQUIVALENTS  
DE L'UNION des FEDERATIONS d'AIKIDO

Date : 3/05/04

C.S.D.G.E. de l'UFA  
REGLEMENT PARTICULIER

Indice : 0

Page : 4/8

**II – Liste des techniques à utiliser en priorité pour les interrogations de 1<sup>er</sup> à 4<sup>ème</sup> Dan**

**A – SUWARIWAZA**

**Techniques à partir de la position assise**

- 1) SHOMEN UCHI  
IKKYO  
NIKYO  
SANKYO  
YONKYO  
GOKYO  
IRIMINAGE  
KOTEGAESHI  
Coup de face à la tête avec le tranchant de la main
  
- 2) YOKOMEN UCHI  
IKKYO  
NIKYO  
SANKYO  
YONKYO  
GOKYO  
IRIMINAGE  
KOTEGAESHI  
Coup de côte à la tête avec le tranchant de la main
  
- 3) KATA DORI  
IKKYO  
NIKYO  
SANKYO  
YONKYO  
IRIMINAGE  
Prise d'une manche à hauteur de l'épaule
  
- 4) RYOTE DORI  
KOKYUHO  
IKKYO  
NIKYO  
SANKYO  
YONKYO  
IRIMINAGE  
KOTEGAESHI  
Prise des deux poignets
  
- 5) RYOKATA DORI  
IKKYO  
NIKYO  
SANKYO  
YONKYO  
Prise des épaules à deux mains