

Nomenclature Technique Aïkido GEAFF

		TECHNIQUES Grades KYU				
ATTAQUES		Travail de même garde	Changement de garde	Utilise le déplacement de Aite	Attaques complexes	Chg de niveau, déplacements complexes
		5°	4°	3°	2°	1°
SUWARI WAZA	AI HANMI KATATE DORI	IKKYO				KOTE GAESHI IRIMI NAGE
	GYAKU HANMI KATATE DORI					IRIMI NAGE KOTE GAESHI
	KATA DORI		IKKYO		NIKYO	
	RYOTE DORI	KOKYUHO				
	RYO KATA DORI					IKKYO NIKYO
	KATA DORI MEN UCHI					IKKYO
	SHOMEN UCHI	IKKYO	NIKYO	SANKYO YONKYO GOKYO	KOTE GAESHI IRIMI NAGE	
	YOKOMEN UCHI				IKKYO	KOTE GAESHI IRIMI NAGE
HANMI HANDACHI WAZA	GYAKU HANMI KATATE DORI				KOKYU NAGE UCHI KAITEN NAGE SOTO KAITEN NAGE SUMI OTOSHI	IKKYO IRIMI NAGE KOTE GAESHI
	USHIRO RYO KATA DORI					KOKYU NAGE
TACHI WAZA	AI HANMI KATATE DORI	IKKYO KOTE GAESHI IRIMI NAGE SHIHO NAGE UDE KIME NAGE	NIKYO SANKYO	YONKYO UCHI KAITEN NAGE UCHI KAITEN SANKYO KOKYU NAGE	KOSHI NAGE SUMI OTOSHI	HIJI KIME OSAE
	GYAKU HANMI KATATE DORI	SHIHO NAGE UDE KIME NAGE TENCHI NAGE	IKKYO NIKYO IRIMI NAGE KOTE GAESHI UCHI KAITEN NAGE	SANKYO YONKYO UCHI KAITEN SANKYO KOKYU NAGE	HIJI KIME OSAE	KOSHI NAGE SOTO KAITEN NAGE
	KATA DORI		IKKYO NIKYO	SANKYO YONKYO	KOKYU NAGE	
	MUNA DORI				IKKYO	NIKYO
	MOROTE DORI (Katate Ryote Dori)			IKKYO KOKYU NAGE	UDE KIME NAGE NIKYO	IRIMI NAGE KOTE GAESHI SHIHO NAGE

TACHI WAZA	RYOTE DORI		IKKYO SHIHO NAGE UDE KIME NAGE TENCHI NAGE	IRIMI NAGE KOTE GAESHI KOKYU NAGE	NIKYO SANKYO YONKYO	
	RYO KATA DORI				IKKYO KOKYU NAGE	NIKYO SANKYO YONKYO
	KATA DORI MEN UCHI				IKKYO KOKYU NAGE IRIMI NAGE	NIKYO KOSHI NAGE KOTE GAESHI SHIHO NAGE UDE KIME NAGE
	SHOMEN UCHI	IKKYO IRIMI NAGE	NIKYO SANKYO KOTE GAESHI TEN CHI NAGE	YONKYO GOKYO UCHI KAITEN NAGE UCHI KAITEN SANKYO	SOTO KAITEN NAGE KOKYU NAGE	KOSHI NAGE SHIHO NAGE UDE KIME NAGE
	YOKOMEN UCHI		TENCHI NAGE	IRIMI NAGE KOTE GAESHI SHIHO NAGE UDE KIME NAGE	IKKYO GOKYO KOKYU NAGE	NIKYO SANKYO YONKYO UCHI KAITEN NAGE UCHI KAITEN SANKYO
	CHUDAN TSUKI			IKKYO IRIMI NAGE KOTE GAESHI UDE KIME NAGE TENCHI NAGE	KOKYU NAGE UCHI KAITEN NAGE SOTO KAITEN NAGE UCHI KAITEN SANKYO	HIJI KIME OSAE
	JODAN TSUKI				IKKYO IRIMI NAGE KOKYU NAGE	NIKYO KOSHI NAGE USHIRO KIRI OTOSHI
USHIRO WAZA	RYOTE DORI			IKKYO IRIMI NAGE SHIHO NAGE UDE KIME NAGE KOTE GAESHI KOKYU NAGE	NIKYO SANKYO YONKYO	HIJI KIME OSAE
	RYO KATA DORI				IKKYO KOKYU NAGE	NIKYO SANKYO KOTE GAESHI IRIMI NAGE UDE KIME NAGE
	KATATE DORI KUBI SHIME				IKKYO KOKYU NAGE	NIKYO KOSHI NAGE KOTE GAESHI SHIHO NAGE
	ERI DORI					IRIMI NAGE KOKYU NAGE IKKYO

