



**Aikido**  
Saint Marcellin



## Récapitulatif du bukiwaza

### ⌘ Tantodori

Tenue du tanto : gyakute= lame, fil vers le bas ; yonte= lame, fil vers le haut.

- ⌘ Chudan tsuki : ikkyo, uchikaitensankyo, hijikimeosae, kotegaeshi, shihonage, udekimenage, nanamekokyunage, udeosae (clé au coude), kokyunage (entrée sokumen et faire une extension du coude, uke étant au sol).
- ⌘ Shomenuchi : gokyo (toujours en ura), kotegaeshi, shihonage, iriminage ( finition avec extension sur le coude) nanamekokyunage.
- ⌘ Yokomenuchi : gokyo, shihonage, udekimenage, kotegaeshi, iriminage, kokyunage, nanamekokyunage.
- ⌘ Suheiuchi : gokyo, uchikaitensankyo, iriminage.

### ⌘ Jodori

Tori exécute des techniques sur attaque de uke.

- ⌘ Garde aihanmi : chudantsuki : ikkyo, iriminage, shihonage, koshinage, kokyunage.
- ⌘ Garde yakuhanmi : kotegaeshi, shihonage, kokyunage.

### ⌘ Jonage

Tori sollicite la saisie du jo par uke.

Nikyo, shihonage, koshinage, kokyunage.

### ⌘ Tachidori

Travail au ken contre mains nues.

- ⌘ Shomenuchi : ikkyo, sankyo, yonkyo, kokyunage (projection, entrée sokumen), shihonage, udekimenage, iriminage, ushirokiriotoshi, kotegaeshi, koshinage, hijikimeosae.
- ⌘ Yokomenuchi : shihonage, udekimenage, kotegaeshi .
- ⌘ Chudantsuki : iriminage, kotegaeshi, kokyunage (sokumen).

### ⌘ Kunitachi

Uke attaque :

- ⌘ Shomenuchi , tori fait : chudantsuki, jodantsuki, shomenuchi.

☒ Chudantsuki, tori fait : chudantsuki, makiotoshi (le ken de tori s'enroule autour de celui de uke).

☒ Jodantsuki, tori fait shomenuchi, makiotoshi.

### ☒ Kumijo

☒ Garde tsuki : Uke attaque chudantsuki, tori fait : chudantsuki, yokomenuchi.

☒ Garde hitoemi (jo posé au sol) de tori : Uke attaque chudantsuki, tori fait : chudantsuki, kaishitsuki (tori saisit le jo, le pouce de la main droite vers le bas)

### ☒ Ken tai jo

Uke attaque shomenuchi, tori fait : chudantsuki, jodantsuki, shomenuchi, kokyunage.