



ESCUELA MUNICIPAL DE AIKIDO

KANNAGARA DOJO

TÍAS - LANZAROTE

Delegación para Lanzarote

AIKIKAI ESPAÑA



**AIKIKAI ESPAÑA**

CUESTIONARIO OBLIGATORIO PARA PASE AL GRADO 2º KYU

## 2º KYU ( Nikyu)

### 1) TE-SABAKI

#### LOS GESTOS DE LAS MANOS EN AIKIDO:

- Que es fundamental para establecer la unidad y asociación de energía propia, y captar las variaciones del oponente
- Que ocurre gracias a los movimientos de las manos :
- A que ayudan los ejercicios de flexibilidad de las manos en los calentamientos:
- 

#### EL PUÑO Y SU INFLUENCIA EN LA ACTITUD CORPORAL:

- Como se forma el puño en aikido:

#### TE KATANA:

- Que es:
- Para que se usa en aikido:

### 2.- KEIKO-HO ( Formas de entrenamiento ):

-Cuales son las formas más conocidas de entrenamiento:

### 3.- KOGEKI-HO ( Formas de ataques)

Cuales son las formas técnicas nuevas a conocer para este nuevo nivel de aikido ( Nikkyu)

### 4.- EDUCACIÓN DE LAS ACTITUDES

Que tipo de actitudes tenemos que tener en cuenta para evolucionar en este nivel de aikido:

Que entendemos por Actitud de Zanshin.

### 5.- UNA TRADICIÓN OLVIDADA :

- Cuando se suele realizar esta fiesta.
- Detalla los pasos que se deben seguir durante esta fiesta:

### 6.- DECALOGO DEL AIKIDOKA:

Cita los 10 conceptos que conforman el decálogo del aikidoka:

### 7.- METODO NACIONAL DE AIKIDO

#### Desarrollo Técnico para 2º kyu

- Que formas de ataque presenta el programa para 2º kyu según método nacional Aikikai España.
- Cuales son las técnicas exigidas para conseguir este grado.
- Que tres formas de trabajos técnicos entran para este grado. (Referido a niveles )

FIN