



LES GRADES EN AÏKIDO

LES KYU

Kyū (級) est un terme d'origine japonaise, utilisé dans les arts martiaux pour signaler les différentes étapes de la progression d'un débutant avant l'obtention d'un grade dan.

Les kyū sont rangés par ordre décroissant, jusqu'au 1^{er} kyū (初級, ikkyū), dernière étape avant le 1^{er} dan (初段, shodan). Dans la plupart des cas, la collation de grades kyū se fait sous la seule responsabilité de l'enseignant, sans avoir à en référer à une autorité supérieure comme c'est le cas pour les dan.

En aikido, certains enseignants lient l'obtention du hakama à celle d'un kyū particulier, en général le 3^{ème}, 2^{ème} ou le 1^{er}. Il n'existe cependant pas de règle générale, ce choix restant à la discrétion de chaque enseignant. On lie surtout le port du hakama à une aisance de déplacement debout et à genoux, que complique ce vêtement pour un débutant faisant ses premières armes.

Les connaissances minimum requises pour l'obtention des kyū sont les suivantes :

Omote – Ura – Tachiwaza – Suwariwaza					
Niveaux KYU	Forme d'attaque	Technique	O	U	T S
5 ^{ème}	Shomenuchi	Ikkyo	◆	◆	◆ ◆
	Katatedori	Ikkyo	◆	◆	◆
	Katatedori	Shihonage	◆	◆	◆
	Bukiwaza : Suburi ken 1 à 7 Roku no jo				
4 ^{ème}	Shomenuchi	Nikyo	◆	◆	◆ ◆
	Katatedori	Nikyo	◆	◆	◆
	Bukiwaza : Jo kata 31				
3 ^{ème}	Tai no henko kihon / ki no nagare Morotedori kokyu ho				
	Shomenuchi	Sankyo	◆	◆	◆ ◆
	Shomenuchi	Kotegaeshi			◆
	Tsuki	Kotegaeshi			◆
	Ryotedori	Shihonage	◆	◆	
	Yokomenuchi	Shihonage			◆
	Katatedori	Kaiten nage			◆
	Shomenuchi	Iriminage			◆
	Suwariwaza kokyu ho				
	Bukiwaza : Go no awase Sichi no awase				
2 ^{ème}	Shomenuchi	Yonkyo	◆	◆	◆ ◆
	Katatedori	Yonkyo	◆	◆	◆
1 ^{er}	Bukiwaza : Jo suburi 1 à 13				
	Yokomenuchi	Ikkyo à Yonkyo	◆	◆	◆
	Yokomenuchi	Gokyo		◆	◆
	2 formes d'attaque	Shihonage			◆
	2 formes d'attaque	Kotegaeshi			◆
	2 formes d'attaque	Kokyunage			◆
	2 formes d'attaque	Iriminage			◆
	2 formes d'attaque	Koshinage			◆
	2 formes d'attaque	Ushirowaza			◆
	2 formes d'attaque	Tachi dori			◆
	2 formes d'attaque	Jo dori			◆
	2 formes d'attaque	Tanken dori			◆
	Nini dori (2 attaquants) Jiyuwaza (technique libre)				
	Bukiwaza : Jo suburi 1 à 20				

Programme établi selon les directives de SAITO Sensei, suite à la demande de Daniel TOUTAIN à Iwama en novembre 1999



LES DAN

Le système des grades **dan** (段) prend place après celui des kyū. Dans la plupart des arts martiaux, la qualité de détenteur d'un grade dan (yūdansa, 有段者) est signalée par le port d'une ceinture noire. En aikido, les niveaux possibles vont traditionnellement, par ordre croissant de maîtrise, du 1^{er} au 6^{ème} dan. Les premiers dan sont obtenus sur présentation à des examens ; les grades les plus élevés requièrent en revanche des années d'expérience et une contribution significative à l'activité, par l'enseignement ou la recherche, et ne peuvent être décernés que par le titulaire d'un grade supérieur représentant une institution centrale.



Le système des grades dan est une invention datant du XX^{ème} siècle visant à remplacer le système traditionnel de certificats d'aptitude (lesquels s'énonçaient cependant également en dan). Ainsi, le 1^{er} dan correspond au moment où, dans les écoles traditionnelles, le candidat à l'apprentissage finissait sa période de probation et était considéré comme digne de recevoir le véritable enseignement. Strictement parlant, le 1^{er} dan est le grade du débutant (désigné en japonais par shodan, qui signifie, non «1^{er} dan», mais «dan débutant») ; viennent ensuite le 2^{ème} dan : nidan, le 3^{ème} dan : sandan, le 4^{ème} dan : yondan, le 5^{ème} dan : godan, le 6^{ème} dan : rokudan.

«Les enseignants font passer les kyu, et pour les dan il y a une autonomie aussi. A partir du 3^{ème} dan, les gens peuvent faire passer le shodan ; à partir de 4^{ème} dan, ils peuvent faire passer le nidan, mais dans leur dojo, avec leurs élèves. Saïto Senseï était attaché à ça. Il ne comprenait pas qu'un enseignant doive envoyer ses élèves passer un examen avec quelqu'un qui ne les connaissait pas. Cela soulève des questions : pourquoi mon professeur ne peut-il me faire passer ? Il n'est peut-être pas capable ? Ce système-là n'est pas sain, sans compter que le grade a une autre valeur lorsqu'il est reçu de son enseignant. Cette autonomie responsabilise les enseignants et leur donne une reconnaissance» - Daniel Toutain Senseï -

*Source : Budo no Nayami - Interrogations et réflexions sur la pratique martiale, le Japon...
Extrait de «Interview Daniel Toutain, la voie de la liberté » réalisée par Léo Tamaki le 05/01/2013*



FAA TAIJUTSU SHODAN



Tai no henko kihon – ki no nagare

Morotedomori kokyuho

◆ **Suwariwaza**

Yokomenuchi ikkyo (omote - ura)

Yokomenuchi nikyo (omote - ura)

Yokomenuchi sankyo (omote - ura)

Yokomenuchi yonkyo (omote - ura)

Yokomenuchi gokyo (ura)

◆ **Hanmi handachi waza**

3 techniques différentes avec 3 différentes formes d'attaque

3 different techniques with 3 different forms of attack

◆ **Tachiwaza**

Shiho nage 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Kote gaeshi 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Irimi nage 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Koshi nage 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Kokyu nage 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Ushiro waza 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

◆ **Suwariwaza kokyuho**

◆ **Ni nin dori** 3 différentes formes d'attaque kihon – ki no nagare
3 different forms of attack kihon – ki no nagare

BUKIDORI

◆ **Tankendori** ◆ **Tachidori** ◆ **Jodori**

3 techniques différentes avec 3 différentes formes d'attaque

3 different techniques with 3 different forms of attack



FAA BUKIWAZA SHODAN



◆ **Aikiken**

7 suburi

Happo giri

Migi no awase

Hidari no awase

Go no awase

Sichi no awase

◆ **Aikijo**

20 suburi

Roku no jo

San jyu ichi no kata

7 contrôles de base/7 basic controls





FAA TAIJUTSU NIDAN

Les techniques doivent être exécutées de manière plus rapide, plus rapide et plus fluide que pour l'examen Shodan.

Techniques must be performed faster and more fluid and precise than for the Shodan examination.

Tai no henko kihon – ki no nagare

Morotedori kokyuho (formes 1 et 2)

◆ **Suwariwaza**

Yokomenuchi ikkyo (omote - ura)

Yokomenuchi nikyo (omote - ura)

Yokomenuchi sankyo (omote - ura)

Yokomenuchi yonkyo (omote - ura)

Yokomenuchi gokyo (ura)

◆ **Hanmi handachi waza**

3 techniques différentes avec 3 différentes formes d'attaque

3 different techniques with 3 different forms of attack

◆ **Tachiwaza**

Shiho nage 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Kote gaeshi 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Irimi nage 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Koshi nage 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Kokyu nage 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

Ushiro waza 3 différentes formes d'attaque/3 different forms of attack

◆ **Suwariwaza kokyuho**

◆ **San nin dori** 3 différentes formes d'attaque kihon – ki no nagare

3 different forms of attack kihon – ki no nagare

BUKIDORI

◆ **Tankendori** ◆ **Tachidori** ◆ **Jodori**

3 techniques différentes avec 3 différentes formes d'attaque

3 different techniques with 3 different forms of attack

◆ **Nin nin dori** 1 ken – 1 jo



FAA BUKIWAZA NIDAN

◆ **Aikiken**

7 suburi

4 Happa giri

(ichi no suburi – ni no suburi – roku no suburi – sichi no suburi)

Go no awase

Sichi no awase

Kumitachi 1

Kumitachi 2

◆ **Aikijo**

20 suburi

Roku no jo + go – yon – san

San jyu ichi no kata + 31 no Kumijo

Kumijo 1

Kumijo 2

Kumijo 3





FAA TAIJUTSU SANDAN

Les techniques doivent être exécutées de manière précise et fluide.
The techniques should be performed in a precise and fluid manner.

Tai no henko kihon – ki no nagare

Morotedori kokyuhō formes 1 à 5 kihon + forme 1 ki no nagare

◆ Suwariwaza ki no nagare

Shomenuchi ikkyō (omote - ura)

Shomenuchi nikyō (omote - ura)

Shomenuchi sankyō (omote - ura)

Shomenuchi yonkyō (omote - ura)

Shomenuchi gokyō (ura)

◆ Hanmi handachi waza ki no nagare

4 techniques différentes avec 4 différentes formes d'attaque

4 different techniques with 4 different forms of attack

◆ Tachiwaza ki no nagare

Shiho nage 4 différentes formes d'attaque/4 different forms of attack

Kote gaeshi 4 différentes formes d'attaque/4 different forms of attack

Irimi nage 4 différentes formes d'attaque/4 different forms of attack

Koshi nage 4 différentes formes d'attaque/4 different forms of attack

Kokyū nage 4 différentes formes d'attaque/4 different forms of attack

Ushiro waza 4 différentes formes d'attaque/4 different forms of attack

◆ Suwariwaza kokyuhō formes 1 + 2 + 3 + 4

◆ San nin dori kihon 3 différentes formes d'attaque + ki no nagare libre
kihon 3 different forms of attack + ki no nagare free

◆ Tankendori ◆ Tachidori ◆ Jodori

4 techniques différentes avec 4 formes d'attaque différentes

4 different techniques with 4 different forms of attack

◆ Nin nin dori

3 partenaires/3partners 1 ken – 1 jo – 1 tanto



FAA BUKIWAZA SANDAN

◆ AIKIKEN

7 suburi

Exécution plus rapide et plus fluide/execution should be faster and fluid

4 Happo giri

(ichi no suburi – ni no suburi – roku no suburi – sichi no suburi)

Go no awase

Sichi no awase

Kumitachi 1 à 4

◆ AIKIJŌ

20 suburi

Exécution rapide et fluide/execution should be faster and fluide

San jyu ichi no kata

Exécution rapide et fluide/execution should be faster and fluide

31 no Kumijo

1 – 31 awase

Kumijo 1 à 7





FAA TAIJUTSU YONDAN

Les techniques doivent être exécutées de manière précise, puissante et fluide.

The techniques should be performed in a precise, powerful and fluid manner.

Tai no henko kihon – ki no nagare

Morotedori kokyuhō formes 1 à 5 ki no nagare

❖ Suwariwaza ki no nagare

Libre/free

❖ Hanmi handachi waza ki no nagare

Libre/free

❖ Tachiwaza ki no nagare

Yokomenuchi ikkyō ura

Yokomenuchi nikyō ura

Yokomenuchi sankyō ura

Yokomenuchi yonkyō ura

Yokomenuchi gokyō ura

Irimi nage libre/free

Koshi nage libre/free

Kokyū nage libre/free

❖ Suwariwaza kokyuhō 7 formes

❖ Yon nin dori ki no nagare

4 partenaires/4 partners Libre/free

❖ Bukidori Yon nin dori

4 partenaires/4 partners

1 ken – 1 jo – 1 tanto – 1 mains nues/empty handed



FAA BUKIWAZA YONDAN

❖ AIKIKEN

Kumitachi 1 + 4 henka

Kumitachi 2 + 2 henka

Kumitachi 3 + 2 henka

Kumitachi 4 + 2 henka

Kumitachi 5 + 2 henka

❖ AIKIJO

Kata 13

Kata 13 awase avec 3 partenaires/with 3 partners





5^{ème} DAN

FAA TAIJUTSU GODAN



Un minimum de 20 années de pratique est requis
A minimum of 20 years of practice is required

Le candidat fait une démonstration lors de la remise de son
Certificat FAA TAIJUTSU GODAN



FAA BUKIWAZA GODAN



Un minimum de 20 années de pratique est requis
A minimum of 20 years of practice is required

◆ KEN TAI JO

Ken Tai Jo 1 + 1 henka

Ken Tai Jo 2 + 1 henka

Ken Tai Jo 3 + 1 henka

Ken Tai Jo 4 + 1 henka

Ken Tai Jo 5 + 1 henka

Ken Tai Jo 6

Ken Tai Jo 7

+ 3 Ken Tai Jo Libre/free

