



LAGO DI GARDA

# TAKEMUSU AIKIDO DOJO

**Domenica 17 ottobre**

**Bukiwaza (09.00 – 10.00)**

**Ken Suburi Nanohon**

**Ken no Awase**

- Migi no awase
- Hidari no awase
- Go no awase
- Shichi no awase

**Zen go giri**

**Shi ho giri**

**Happo giri dai hichi**

**Tai jutsu (10.15 – 12.15)**

**Tai no henko (kihon e ki no nagare dai hichi)**

**Morote dori kokyu ho dai hichi (kihon e ki no nagare)**

**Morote dori kokyu ho dai san**

**Hiji dori Dai Ikkyo kihon**

**Kosa dori Dai Nikyo kihon**

**Katate dori Dai Sankyo kihon – Ki no nagare**

**Kata Dori Dai Yonkyo Kihon – Ki no nagare**

**Ryotedori kokyu ho suwariwaza (jodan, chudan, gedan de motsu)**

**Quota di partecipazione 10 euro**

---

## Lago di Garda TAKEMUSU AIKIDO DOJO

C/o Azienda Agrituristica "Le Sorgive"  
Località Sorgive – 46040 Solferino (MN) - Italy  
Tel. 0376 854252  
[www.aikidogarda.it](http://www.aikidogarda.it) - a.bonesi@email.it



財団法人 合気会  
AIKIKAI FOUNDATION

**Takemusu**  
**Aikido**  
**Kyokai**



LAGO DI GARDA

# TAKEMUSU AIKIDO DOJO

**Domenica 28 novembre**

**Bukiwaza (09.00 – 10.00)**

**Jo Suburi Nijupon (approfondimenti)**

**Roku no jo no awase kara yon no jo no awase made**

**Sanjuichi no kumi jo : Jusan Kara Jushichi Made**

**Tai jutsu (10.15 – 12.15)**

**Tai no henko (kihon e ki no nagare dai hichi e dai ni)**

**Morote dori kokyu ho dai hichi (kihon e ki no nagare)**

**Morote dori kokyu ho dai yon**

**Shomenuchi Dai Ikkyo kihon – Ki no nagare**

**Yokomenuchi Dai Nikyo kihon – Ki no nagare**

**Ushiro Ryotedori Kokyu Nage - 3 forme**

**Ushiro Ryotedori dai Sankyo Kihon – Ki no nagare 1<sup>a</sup> forma**

**Ushiro Ryokatadori dai Yonkyo Kihon – Ki no nagare 1<sup>a</sup> forma**

**Ryotedori kokyu ho suwariwaza (chudan, shita e cikara de motsu)**

**Quota di partecipazione 10 euro**

---

**Lago di Garda TAKEMUSU AIKIDO DOJO**

C/o Azienda Agrituristica "Le Sorgive"  
Località Sorgive – 46040 Solferino (MN) - Italy  
Tel. 0376 854252  
[www.aikidogarda.it](http://www.aikidogarda.it) - a.bonesi@email.it



財団法人 合気会  
AIKIKAI FOUNDATION

**Takemusu  
Aikido  
Kyokai**



LAGO DI GARDA

# TAKEMUSU AIKIDO DOJO

**Domenica 9 Gennaio**

**Bukiwaza (09.00 – 10.00)**

**Ken no suburi nanhon (approfondimenti)  
Kumi tachi gohon:**

- Kumi tachi dai hichi
- Kumi tachi dai ni
- Kumi tachi dai san

**Tai jutsu (10.15 – 12.15)**

**Tai no henko (kihon e ki no nagare dai hichi e dai ni)  
Morote dori kokyu ho dai hichi (kihon e ki no nagare)**

**Morote dori kokyu ho dai go**

**Yokomenuchi Ayagaeshi (Tai jutsu – Tanken dori) :**

- Shionage
- Shionage Henka
- Kotegaeshi

**Yokomenuchi Ayagaeshi (Tai jutsu)**

**Irimi Nage – 5 forme**

**Koshinage - 2 forme**

**Ude Kime Nage**

**Kokyu Nage 1 forma**

**Ryotedori kokyu ho suwariwaza chudan**

**Quota di partecipazione 10 euro**

---

**Lago di Garda TAKEMUSU AIKIDO DOJO**

C/o Azienda Agrituristica "Le Sorgive"  
Località Sorgive – 46040 Solferino (MN) - Italy  
Tel. 0376 854252  
[www.aikidogarda.it](http://www.aikidogarda.it) - a.bonesi@email.it



財団法人 合気会  
AIKIKAI FOUNDATION

**Takemusu  
Aikido  
Kyokai**