



## **BUJINKAN DOJO QUÉBEC ROKKYU** (6ième kyu)

### **1. HIRA ICHIMONJI NO KAMAE**

### **2. SHI-HO NAGARE UKEMI**

- a. Zenpo Ukemi
- b. Migi yoko nagare
- c. Tachi nagare
- d. Hidari yoko nagare

### **3. DAKENTAIJUTSU**

- a. Hira no Kamae kihon waza ichi
- b. Hira no kamae kihon waza ni
- c. Happo keru kihon waza ichi
- d. Happo keru kihon waza ni
- e. Happo keru kihon waza san
- f. Happo Keri kihon waza shi
- g. Shizen
- h. Ashi Dome
- i. Keri Sukui
- j. Shinsen

### **4. GYAKU WAZA**

- a. Muso Dori
- b. Musha Dori
- c. Omote Onikudaki
- d. Ura Onikudaki
- e. Oh Gyaku

### **5.. KUSARIFUNDO RYU-HO FURI**

- a. Issei no kamae
- b. Tenchi no kamae
- c. Shumoku no kamae
- d. Ippu no kamae
- e. Goho no kamae

### **UCHI**

- a. Uke nagashi
- b. Nage Uchi
- c. Uchi Otoshi
- d. Tenchi furi
- e. Yoko furi
- f. Happo furi

### **6. Fu no kata kokyu ho**