



IRAN AIKIDO MEISEI KAI



合

Ai (Harmony, Balance)

氣

Ki (Energy, Life)

道

Do (Way, Path)

4th Kyu (90 Days of practice after obtaining 5th kyu)

Shiko Kaiten	شیگ کایتن
Happo Undo (Tatsu , Suwaro)	هاپ اندو (تاتس ، سوارو)
Gyako Hanmi Katatedori (Ikkyo , Nikyo , Iriminage , Shihonage)	گکو هانمی کاتاته دوری (ایککیو ، نیکو ، ایریمی ناگه ، شیهو ناگه)
Shomen Uchi (Nikyo , Iriminage , Shihonage)	شومن اوچی (نیکو ، ایریمی ناگه ، شیهو ناگه)
Katadori (Nikyo)	کاتادوری (نیکو)
Yokomen Uchi (Shohonage)	یوکومن اوچی (شیهو ناگه)
Ryotedori (Ikkyo , Kokyonaage(2 ways))	ریوته دوری (ایککیو ، کوکیو ناگه (۲ روش))
Zagi Ryotedori (kokyuhō)	زاگی ریوته دوری (کوکیو ه)

Jo : Tsuki No Bu - Men No Bu

Ken : Ken Kihon

Numbers

一	二	三	四	五	六	七	八	九	十
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ichi	ni	san	Shi(yon)	go	roku	shichi	hachi	kyū	jū
یک	دو	سه	چهار	پنج	شش	هفت	هشت	نه	ده

نکات قابل توجه هنرجویان:

- در زمان های: ورود به کلاس، پرسیدن سوال، اجازه گرفتن و شروع تکنیک مقابل حریف: اُنْگای شیماس

- در زمان های: خروج از کلاس، پس از اتمام تمرین، تشکر کردن و در زمان پایان کار با حریف: آریکات گزای ماشتا

© 2017, I.R.MEISEI Kai, All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, including photocopying, recording, or other electronic or mechanical methods, without the prior written permission of the publisher, except in the case of brief quotations embodied in critical reviews and certain other noncommercial uses permitted by copyright law. For permission requests, write to the publisher, at the address below.

I.R.MEISEI KA

Mohammad Vatan-nia

E-Mail: m.vatannia@irmeiseikai.com

irmeiseikai@gmail.com