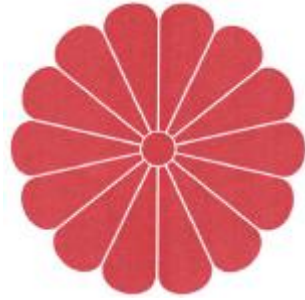


古流武道正風会

風



正 会

TRADITIONAL SCHOOLS OF BUDO SEIFUKAI

正風会

大東流合気柔術

**Seifukai Daito Ryu Aikijujutsu**

**Programma ufficiale**

Edizione in lingua italiana



## **Seifukai Daito Ryu Aikijujutsu**

È una scuola giapponese fondata dagli allievi anziani di O SENSEI MINORU MOCHIZUKI, fondatore dello YOSEIKAN HONBU DOJO, con lo scopo di tramandare la filosofia del maestro presso i suoi allievi, fondata nel 2003.

La SEIFUKAI, sede svizzera, ha la sua sede ad Neuchatel ed è diretta dal Maestro LUIGI CARNIEL

Settimo Dan di Aikijujutsu

Sesto Dan Karate Wado Ryu

Quinto Dan Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu

Secondo Dan Batto Do Kotoken Ryu

LA SEIFUKAI rinnova i collegamenti dell'insegnamento con la scuola di origine, l'Aikijujutsu del Daito Ryu, nel quale O SENSEI MINORU MOCHIZUKI ha ricevuto il MENKYO KAIDEN nel 1935

## PROGRAMMA DELLA SEIFUKAI DAITO RYU AIKIJJUTSU

La conoscenza della totalità del programma è divisa in cinque Dan

1° Dan: Le tecniche di base

2° Dan: Le tecniche avanzate

3° Dan: Le tecniche superiori

4° Dan: la maestria nelle armi

5° Dan: la maestria dell'insieme dell'insegnamento di tutta la scuola

正風会  
大東流  
合気柔術

## PROGRAMMA DEL PRIMO DAN

Le tecniche generali sono:

Ukemi (cadute)

Tai sabaki (movimenti del corpo)

Aruki kata (movimento dei piedi)

Kamae (guardie)

Hojo Undo (fondamentali)

Tehodoki (evasione dalle prese)

Waza (Tecniche)

Gatame Waza (tecniche di controllo)

Kata (forme)

**Ukemi:** Mae – ukemi, Ushiro – ukemi, Yoko – ukemi, Gyaku – ukemi

**Tai-sabaki:** Mae – nagashi, Ushiro – nagashi, Irimi – nagashi, O-irimi nagashi, Hiraki

**Aruki-kata:** Ayumi – ashi, Hiki – ashi, Tzugui – ashi

**Kamae:** Mukamae – no – kamae, Hidari mukamae – no – kamae, Migi mukamae – no – kamae, Sasagakure – no – kamae

**Hojo-undo:** Tsupari, Oshi-kaeshi, Neji-kaeshi, Nigiri-kaeshi, Shinogi, Hiki-otoshi

**Te-hodoki:**

Mae: Junte, Gyaku-te, Dosoku, Ryote, Ryote-ippou, Eri, Mae-eri, Sode-dori, Ryo-sode-dori

Ushiro: Ushiro-eri, Ushiro-jime, Ushiro-sode-dori, Ushiro-ryote, Ushiro-ryote Ippou, Ushiro-kubi-jime, Ushiro-wate, Ushiro-shitate

**Waza:** Kote gaeshi, Hachi mawashi, Yuki chigae, Shiho nage, Robuse

**Gatame waza:** Kata ha-gatame, Hiza gatame, juji gatame, Ashi gatame

**Kata:** Suwari waza, Tanto happo, Ken no kata (kata interno all'ANAMJ)

## **Programma dei Kyu**

Il programma per il primo Dan è fatto su tre distanze, TO-MA o distanza lunga o distanza di spada, MA, distanza media, CHIKA-MA, distanza corta o di presa

### **5° Kyu:**

Kote Gaeshi (su distanza TO-MA)

Hachi Mawashi (su distanza TO-MA)

### **4° Kyu**

Kote Gaeshi (su distanza TO-MA)

Hachi Mawashi (su distanza TO-MA)

Yuki Chigae (su distanza TO-MA)

### **3° Kyu**

Kote Gaeshi (su distanza TO-MA e MA)

Hachi Mawashi (su distanza TO-MA e MA)

Yuki Chigae (su distanza TO-MA e MA)

### **2° Kyu**

Kote Gaeshi (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA)

Hachi Mawashi (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA)

Yuki Chigae (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA)

Shiho Nage (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA)

### **1° Kyu**

Kote Gaeshi (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA e contro le armi)

Hachi Mawashi (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA e contro le armi)

Yuki Chigae (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA e contro le armi)

Shiho Nage (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA e contro le armi)

Robuse (su distanza TO-MA e MA e CHIKA-MA e contro le armi)

Le tecniche di immobilizzazione, Gatame Waza, si eseguono a partire dal terzo kyu e lo studio dei kata è fatto a partire dal terzo kyu.

## PROGRAMMA DEL SECONDO DAN

**Avviso** parallelamente allo studio del programma del secondo dan, deve continuare anche la pratica di perfezionamento nel programma del primo dan

**Importante:** le tecniche dei programmi per i dan avanzati e superiori utilizzano tutti come base le tecniche del programma di primo dan

**Waza:** Hiji gaeshi, Kataha otoshi, Mukae daoshi, Ashitori oshitaoshi, Koshi nage, Hiki otoshi (Mae e Ushiro), Udetoshi hikitate, Tenbin nage, Kan nuki hikitate, hiji kudaki.

**Gatame waza:** Hiza gatame, Kataha gatame, Hiji gatame, Eri gatame

**Kata:** Tai no kata, Kenryu no kata, Te hodoki no kata (kata interno all'ANAMJ), Itsutsu no tachi (kata del Katori Shinto Ryu)

### TE HODOKI NO KATA (kata interno all'ANAMJ)

PRESE	TECNICHE
Junte	Kote gaeshi
Dosoku	Hachi mawashi
Ryote	Yuki chigae
Ryote Ippon	Ashitori oshitaoshi
Ushiro ryote	Shiho nage
Ushiro eri	Tenbin nage
Ushiro uwate	Kataha otoshi
Ushiro shitate	robuse

## PROGRAMMA PER IL TERZO DAN

**Avviso:** lo studio tecnico del programma di terzo Dan va di pari passo con la conoscenza storica del BUDO in generale e del Daito Ryu in particolare, così come lo studio di altre arti marziali come il Katori Shinto Ryu

**Waza:** Ude garami, Ippon seoi nage, Eritori kataha, Kan nuki Hikiotoshi, Kote kudaki, Uchi mata, Gyaku kote Gaeshi, Ashi kake, Do gaeshi, Ashi tori sukui Taoshi, Ushiro kata otoshi

**Gatame Waza:** Hiza gatame, kata ha Gatame, juji gatame, Hiji gatame, Eri gatame, Ashi gatame

**Emono:** tecniche contro le armi, la spada, il bastone lungo e il coltello

**Kata:** Hiori no Kata, Tai sabaki no kata, Te hodoki no kata nidan (kata interno dell'ANAMJ), Nanatsu no Tachi del Katori Shinto Ryu

### **Te hodoki no Kata nidan (kata interno all'ANAMJ)**

Questo kata è composto da una serie di 6 parti e ciascuna di queste parti è composta da tre prese e le relative uscite e terminano con una tecnica

<b>Prese</b>	<b>Tecniche</b>
Junte----Sode dori----Dosoku	Robusè
Dosoku----Junte----Ushiro Kubi Jime	Yuki Chigae
Ryote----Sode dori----Dosoku	Hachi Mawashi
Ryotè Ippon----Ushiro wate----Junte	Do Gaeshi
Ushiro ryote----Mae eri----Junte	Kote Gaeshi
Ushiro Eri----Sode dori----Dosoku	Ashitori oshitaoshi

## Tai sabaki no Kata

È un kata sugli spostamenti, per familiarizzare con gli spostamenti del corpo

<b>Uke</b>	<b>Tori</b>
<b><i>Hidari Kamae</i></b>	<b><i>Shizentai</i></b>
Nukite chudan	Migi Nagashi e Mae Hiki Otoshi
Nukite chudan	Hidari Nagashi e Kubi Otoshi
Nukite chudan	Migi Hiraki e Ashitori Oshitaoshi
Nukite chudan	Hidari Hiraki e Soto Waki Tori
Nukite chudan	Migi Irimi e Harai Ashi
Nukite chudan	Hidari Irimi e Mukae Daoshi
Nukite chudan	Migi Irimi Sankai e Uchi Mata
Nukite chudan	Hidari Irimi Sankai e Ashi Kake
Nukite chudan	O Irimi Sankai e Ude Tomoe Nage



## PROGRAMMA PER IL QUARTO DAN

**Avviso:** le tecniche richieste per il livello di Quarto Dan racchiudono tutte le tecniche contenute nei programmi precedenti

**Waza:** Hiji mage hikitate, Udekake hikiotoshi, Kata guruma, Ude jime, Ura kataha, Eri jime, Ushiro kami otoshi, Genko jime, Oyayubi jime, Kubi jime, Kubi Otoshi, Harai Ashi, Kani Basami, Uma Daoshi

**Kata:** Ken Tai Ichi no kata, Hiori no kata nidan (kata interno all'ANAMJ), Kasumi no Tachi e Hakka no Tachi (Katori Shinto Ryu)

### Hiori no Kata nidan (kata interno all'ANAMJ)

Questo kata di controtecniche è un complementare del kata d'origine e lo scopo è quello di neutralizzare le tecniche eseguite in seguito a tre tipi di attacchi. L'attaccante effettuerà l'attacco, poi subirà la tecnica e poi eseguirà la controtecnica adeguata

Attacco	Tecnica	Controtecnica
Nukite	Kote gaeshi	Tenbin nage
Dosoku	Kote gaeshi	Do gaeshi
Ushiro Ryote	Kote gaeshi	Soto Koshinage

Nukite	Yuki chigae	Hiji kudaki
Dosoku	Yuki chigae	Do gaeshi
Ushiro Ryote	Yuki chigae	Kataha otoshi

Nukite	Shiho nage	Tenbin nage
Dosoku	Shiho nage	Ashi kake
Ushiro Ryote	Shiho nage	Kan nuki hikitate

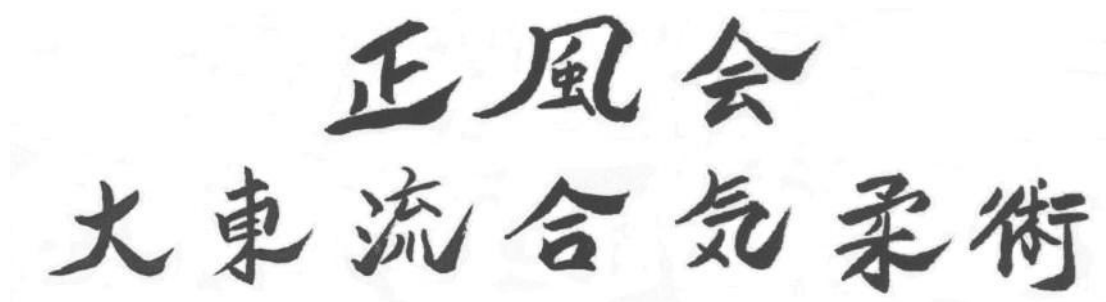
Con il quarto Dan termina il programma che mi è stato donato dal Sensei Minoru Mochizuki

È difficile trasmettere attraverso qualche pagina l'essenza dell'insegnamento ricevuto, questo quaderno tecnico non può che dare una visione tecnica del programma

### PROGRAMMA DEL QUINTO DAN

Il programma del quinto Dan non è un programma tecnico, ma piuttosto un programma morale sull'immagine e sull'esempio di O sensei. È nostro obbligo trasmettere agli altri ciò che ci è stato donato attraverso il principio **JITA KYO EI**

Attraverso il nostro comportamento dobbiamo fornire da esempio per le nozioni riguardanti la via e la moralità passati attraverso O SENSEI come l'Onore, la Lealtà, il Rispetto, l'Umiltà e la Generosità



Questo quaderno tecnico è stato realizzato a Neuchatel da Luigi Carniel il 29 Gennaio 2006



## Appendice al quaderno tecnico del Daito Ryu Aikijujutsu

MINORU MOCHIZUKI SENSEI, nella sua giovinezza ha praticato altre arti marziali come il Judo sotto la guida di JIGORO KANO SENSEI del quale fu assistente, il Katori Shinto Ryu, differenti forme di Jujutsu tra le quali il GYOKUSHIN RYU JUJUTSU. Sono stato personalmente iniziato ad una parte di quest'arte e mi sembra logico di ritrasmetterle a tutti voi.

Seguendo l'esempio di O SENSEI, la trasmissione di questa disciplina deve essere fatta a parte, poiché essa non fa parte del Daito Ryu Aikijujutsu

Quest'arte marziale è completamente scomparsa e noi ne siamo in qualche modo depositari e sta a noi trasmetterlo il più a lungo possibile, con rigore e onestà

## GYOKUSHIN RYU JUJUTSU di O SENSEI MINORU MOCHIZUKI

Il Gyokushin Ryu Jujutsu è una scuola antica, basata sulle tecniche di sutemi (sacrificio). Il principio è di usare il nostro corpo come una leva al fine di far sbilanciare l'avversario

### SUTEMI WAZA

- |                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| ☯ Eritori Sutemi (due forme)      | ☯ Shita Ude Sutemi (Kan nuki Otoshi)                   |
| ☯ Udemaki Sutemi (Ude Tomoe Nage) | ☯ Kesa Gake Sutemi (Yoko Tani Otoshi)                  |
| ☯ Hijikake sutemi (Ude Kake)      | ☯ Kubi tomoe nage Sutemi (Tawara Gaeshi)               |
| ☯ Soto WakiTori Sutemi            | ☯ Kubi daki sutemi (Kubi Jime)                         |
| ☯ Motare Komi Sutemi              | ☯ Kan nuki Hikitate                                    |
| ☯ Do Gaeshi Sutemi                | ☯ O mawari kubijime/O tonami kubijime (TobinoriSutemi) |
| ☯ Kani Basami                     |  |
| ☯ Ashitori Oshitaosi              |  |
| ☯ Hazu Oshi Sutemi                |  |

Queste sono le tecniche di questa scuola rimaste ai giorni nostri. Facciamone un nostro dovere trasmetterle il più fedelmente possibile