



DAITO RYU AIKIJUJUTSU

HIDEN MOKUROKU

IKKAJO

IDORI

- | | |
|----------------------------------|----------------|
| 1. Shomenuchi | IPPON DORI |
| 2. Eridori | GYAKU UDE DORI |
| 3. Eridori | HIJI GAESHI |
| 4. Nanamenuchi | KURUMA DAOSHI |
| 5. Kubijujime (en tirant)..... | SHIME GAESHI |
| 6. Kubijujime (en poussant)..... | KAKAE JIME |
| 7. Eridori + Shomenuchi | KARAMI NAGE |
| 8. Ryotedori | KOTE GAESHI |
| 9. Ryotedori | NUKITE DORI |
| 10. Ryotedori | HIZA JIME |



HANZA HANDACHI

- | | |
|------------------------------|-------------|
| 1. Katatedori (tirer)..... | HANNI NAGE |
| 2. Katatedori (pousser)..... | URA OTOSHI |
| 3. Ryotedori (pousser)..... | IZORI |
| 4. Kubierijime | KATA OTOSHI |
| 5. Ryotedori (tirer) | IRIMI NAGE |

TACHI AI

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------|
| 1. Shomenuchi | IPPON DORI |
| 2. Nanamenuchi | KURUMA DAOSHI |
| 3. Eridori | GYAKU UDE DORI |
| 4. Kubijujime | KOSHI GURUMA |
| 5. Eridori + shomenuchi | KARAMI NAGE |
| 6. Sodedori (tirer) | URA OTOSHI |
| 7. Kubierijime | OBI OTOSHI |
| 8. Ryosodedori | KIRI GAESHI |
| 9. Ryotedori | KOTE GAESHI |
| 10. Ryotedori (pousser / tirer) | SHIHO NAGE (omote /ura) |



USHIRO DORI

- | | |
|---------------------------------|-----------------|
| 1. Eridori | TACHI ERI DORI |
| 2. Ryokatadori | RYO KATA HINERI |
| 3. Ryohijidori | RYO HIJI GAESHI |
| 4. Koshidakudori | KAKAE JIME DORI |
| 5. Katadakudori (erijime) | KATA OTOSHI |

NIKAJO

IDORI

- | | |
|-----------------------|----------------|
| 1. Shomenuchi | KOTE ZUME |
| 2. Shomenuchi | GYAKU DASUKI |
| 3. Nanamenuchi | HIJI KUJIKI |
| 4. Shomenuchi..... | KONO HA GAESHI |
| 5. Katatedori | SUSO ZUME |
| 6. Kubijujijime | KUBI HINERI |
| 7. Sodedori | KOTE GAESHI |
| 8. Chudantsuki | KATA HA DORI |
| 9. Chudantsuki | KAMATE ZUME |
| 10. Munadori | GYAKU GOTE |



HANZA HANDACHI

- | | |
|------------------------|------------------|
| 1. Katatedori | SHUTO ZUME |
| 2. Jodantsuki | KOTE GAESHI (*4) |
| 3. Shomenuchi | SUSO DORI |
| 4. Ushiroeridori | HIJI KUJIKI (*5) |
| 5. Ryotedori | IRIMI ZUME (*2) |

TACHI AI

- | | |
|------------------------|--------------|
| 1. Shomenuchi | GYAKU DASUKI |
| 2. Nanamenuchi | HIKI OTOSHI |
| 3. Sodedori | KUBI NAGE |
| 4. Sodedori | SUSO BARAI |
| 5. Kubijujijime | SEOI NAGE |
| 6. Katatedori | SHUTO ZUME |
| 7. Chudantsuki | KOTE GAESHI |
| 8. Shomenuchi | KATA GURUMA |
| 9. Nanamenuchi | KOSHI GURUMA |
| 10. Kubijujijime | SEIKUJIKI |



USHIRO DORI

- | | |
|------------------------|--------------|
| 1. Eridori | TSUKI TAOSHI |
| 2. Ryohijidori | SUKUI NAGE |
| 3. Ushiroerijime | GYAKU GOTE |
| 4. Munedakudori | KUBI NAGE |
| 5. Ryosodedori | HIJI KUJIKI |

* en fonction du SHU- RYU (Ecole au courant principal considérée comme parallèle).

SANKAJO

IDORI

1. Shomenuchi TSURI OTOSHI
2. Nanamenuchi TE MAKURA
3. Munadori SOTO GOTE
4. Shomenuchi MAKI ZUME
5. Tsuki Age..... KOBUSHI GAESHI
6. Tsuki KAKAE KUJIKI
7. Munadori + Shomenuchi KARAMI ZUME
8. Katata Karate Dori..... KIRIHA
9. Tsuki UCHI UDE GAESHI
10. Katate Ryote Dori GASSYO DORI



HANZA HANDACHI

1. Katate Dori MAKI ZUME
2. Jodan Tsuki HIJI KUJIKI
3. Katate Dori Eri Jime KATAHA GAESHI
4. Shomeuchi ASHI JIME
5. Jodan Tsuki WAKI KUJIKI

TACHI AI

1. Shomen uchi TSURI OTOSHI
2. Muna Dori SOTO GOTE
3. Shomen Uchi MAKI ZUME
4. Shomen Uchi WAKI ZUME
5. Ryote Dori GANSEKI OTOSHI
6. Tsuki Jodan KUBIWA
7. Tsuki Jodan UCHI UDE GAESHI
8. Junte Dori SHICHIRI BIKI
9. Muna Dori IPPON KATSUGI
10. Nanamenuchi SHIHO NAGE



USHIRO DORI

1. Ryote Dori MAKI ZUME OTOSHI
2. Ryote Dori UDE GAESHI
3. Katate Tachi Eri Dori .. WAKI GARAMI
4. Daki Jime KIRI HA
6. Morote Dori KATA UDE NAGE

YONKAJO

TACHI AI

1. Shomen Uchi URA GOTE
2. Nanamenuchi UCHI GOTE
3. Katate Dori KAKAE KUBI
4. Nanamenuchi TE MAKURA ZUME
5. Shomen Uchi WAKI DORI URA
6. Nanamenuchi WAKI DORI OMOTE
7. Katate Dori IRI CHIGAI
8. Ryote Dori TATSU MAKI
9. Ryote Dori IZORI
10. Katate Dori URA OTOSHI
11. Katate Dori SEN RYU
12. Katate Dori WAKI ZUME OTOSHI
13. Nanamenuchi KASUMI NAGE
14. Tsuki HADAKA JIME
15. Ryo Kata Dori DARUMA GAESHI



GOKAJO

TACHI AI

1. Tsuki MAKI KOMI KUJIKI
2. Katate Dori KOBAN GAESHI
3. Ryote Dori KAN NIKI ZUME
4. Tsuki EN MA
5. Nanamenuchi ... SYUMOKU
6. Katate Dori TAKI DORI

-- Emonodori

1. BO DORI
2. EMONO DORI
3. TANKEN DORI
4. TACHI DORI
5. KASADORI
6. JUTTEDORI

-- Taninzudori



HIDEN MOKURUKU : 118 techniques

Toutes les techniques sont exécutées en :

- ❖ **IDORI** : les deux pratiquants travaillent à genoux.
- ❖ **HANZA HANDACHI** : tori est à genoux, uke se tient debout.
- ❖ **TACHI AI** : uke et tori travaillent debout.
- ❖ **USHIRO DORI** : uke attaque tori par derrière.

- **Ikkajo**: il est composé de 30 techniques partagées de la manière suivante: 10 en Idori - 5 en Hanza handachi - 10 en Tachi ai et 5 en Ushiro dori.
- **Nikajo**: comme Ikkajo, 30 techniques réparties de la même façon.
- **Sankajo**: idem.
- **Yonkajo**: composé de 15 techniques à exécuter en Tachiai.
- **Gokajo**: composé de 13 techniques, mais il est structuré de façon particulière puisqu'il comprend 6 techniques de **Jujutsu** à exécuter en Tachi ai plus 7 sous-groupes : **Tasu dori** techniques de combat contre deux ou plusieurs personnes, **Emono dori** techniques pratiquées avec les deux mains occupées, où il faut appliquer les systèmes de défense sans que Tori ne puisse exécuter de saisies sur Uke, **Tanken dori** techniques de défense contre les attaques au couteau, **Bo dori** techniques de défense contre des attaques au bâton, **Jutte dori** techniques de défense et d'attaque à l'aide d'un jutte (arme très utilisée par la police japonaise au moyen âge), **Tachi dori** techniques de défense contre un sabre (katana), **Kasa dori** techniques de défense contre tout type d'attaque, à exécuter avec une seule main, l'autre tenant une ombrelle ou un parapluie (kasa).

