

## NIDAN

### CANEVAS DANS LEQUEL S'INSCRIT LE GRADE NIDAN :

Les indications de TAMURA Sensei : « *Au travail du shodan, on ajoute rapidité et puissance en même temps que l'on démontre une plus grande détermination mentale. Cela s'exprime chez le pratiquant par la sensation d'avoir progressé. L'examineur doit ressentir ce progrès en constatant une clarté de la mise en forme et de l'orientation du travail* ».

### LES CRITERES D'EVALUATION.

\* Le niveau NIDAN doit permettre de manifester une compétence et un approfondissement dans l'expression des éléments définis pour le SHODAN (tant pour Tori que pour Aïte).

\* Une perception plus approfondie des Fondamentaux au travers des mouvements est attendue, ainsi qu'une progression nette en matière de fluidité et d'unité du corps.

\* De fait, l'examineur sera plus exigeant sur le respect des Fondamentaux en demandant des mouvements qui seront l'expression d'une plus grande maturité.

\*On sent les prémices d'une harmonisation.

\*Aïte aura un placement correct et ne devra pas se mettre en danger.

### LE DEROULEMENT DE L'INTERROGATION

\*L'ordre traditionnel sera respecté et sera le même que celui suivi pour le SHODAN.

\*Le Travail avec les armes :

- Tanto : Tori sort de la ligne.
- Jo : Tori sort de la ligne d'attaque.
- 

\*Taninzugake :

- Notion du maai.
- Se placer, se déplacer correctement.

-  
**LA RESTITUTION.**

**Voir la fiche « La restitution » qui vaut pour chaque examen de grade Dan.**

● \* \* \* \* \*