

PRÜFUNGSPROGRAMM

Aiki Dojo

4. DAN Seite 1 ando509

TACHI WAZA

Ai hanmi katate tori

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Yonkyo

Shiho nage

Ude kime nage

Kote gaeshi

Irimi nage

Koshi nage

Sumi otoshi

Jiu waza

Katate tori

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Yonkyo

Shiho nage

Ude kime nage

Kote gaeshi

Irimi nage

Naname kokyu nage

Tenchi nage

Kaiten nage

Kokyu nage

Sumi otoshi

Ude garami

Jiu waza

Kata tori

Ikkyo

Nikyo

Jiu waza

Katate ryote tori

Ikkyo

Nikyo

Ude kime nage

Kote gaeshi

Irimi nage

Naname kokyu nage

(Kokyu ho)

Kokyu nage

Koshi nage

Jiu waza

Ryote tori

Ikkyo

Shiho nage

Ude kime nage

Kote gaeshi

Irimi nage

Tenchi nage

Kokyu nage

Koshi nage

Jiu waza

Kata tori men uchi

Ikkyo

Shiho nage

Kote gaeshi

Irimi nage

Kokyu nage

Jiu waza

Mune tori

Shiho nage

Naname kokyu nage

Shomen uchi

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Gokyo

Uchi kaiten sankyo

Kote gaeshi

Irimi nage

Kokyu nage

Jiu waza

Yokomen uchi

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Gokyo

Shiho nage

Kote gaeshi

Irimi nage

Kokyu nage

Jiu waza

4. DAN

Seite 2 ando509

Chudan tsuki

Kote gaeshi

Kaiten nage

Irimi nage

Ushiro kiri otoshi

Jiu waza

Jodan tsuki

Jiu waza

SUWARI WAZA

Shomen uchi

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Yonkyo

Kote gaeshi

Irimi nage

Jiu waza

Yokomen uchi

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Yonkyo

Kote gaeshi

Irimi nage

Jiu waza

Kata tori

Ikkyo

Nikyo

Ryote tori

Kokyu ho

HANMI HANDACHI WAZA

Katate tori

Ikkyo

Kaiten nage

Shiho nage

Sumi otoshi

Kokyu nage

Jiu waza

Ryote tori

Shiho nage

USHIRO WAZA

Ushiro ryote tori

Ikkyo

Nikyo

Hiji kime osae

Sankyo

Yonkyo

Kote gaeshi

Shiho nage

Irimi nage

Naname kokyu nage

Kokyu nage

Koshi nage

Juji garami

Jiu waza

Ushiro ryo kata tori

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Yonkyo

Naname kokyu nage

Kokyu nage

Aiki otoshi

Jiu waza

Ushiro katate tori kubi shime

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Kokyu nage

Koshi nage

Jiu waza

TANTO DORI

Schnitte + Dolch

Blöcke mit + gegen die Kraft

Hebel + Würfe (starke Formen)

Tenchi nage

Kote gaeshi

Hiji kime osae

Sokumen Irimi nage

Ushiro kiri otoschi

usw.

Tanto *Schlag + Hebelentwaffnung*

Ken Jitsu Formen

2. Gruppe 5 Techniken

Ken Jitsu

Jiu Waza

Abwehr von 4 bis 7 Angriffen mit Konter

RANDORI mit 2 Angreifern

Tanto

Jiu waza

Tachi mit 3 Angreifern

Tsuki

Jiu Waza

wechselnde Angriffe Jiu Waza

A: Grundschule + Anwendungen

B: Dynamik (feurige+fließende Formen)

Position Haltung (körperl./geistige Ruhe)

Distanz (optimal zu den Waffen)