



Prüfungsprogramm Kinder Aikido Zürich

10. Kyu

Jukyu, weisser Gürtel

Begriffe

Aikido (Harmonie, Energie, Weg)
Dojo (Trainingsraum)
Shomen (Kopf des Dojos)
Tori (technikausführende Partner)
Uke (Angreifer, technikempfangend Partner)
Sense (Lehrer)
Osense (Ueshiba Morihei)
"yame" (Stop)
"dômoarigatôgozaimashita" (Danke)
"onegaishimasu" (Bitte)

Etikette

Korrektes Betreten der Matten und des Dojos
Obi binden
Seza
Absitzen in Seza und Aufstehen aus Seza
Gruss im Seza und im Stand

Tai sabaki (Schritte)

Irimi
Tenkan
Kaiten

Ukemi (Rollen)

Ushiro ukemi
Mae ukemi

Tachi waza (stehend)

<i>Angriff</i>	<i>Technik</i>
Katate-dori gyaku-hanmi	Tai no henko



Prüfungsprogramm Kinder Aikido Zürich

9. Kyu

Kyukyu, oranger Gürtel

Begriffe

Japanisch auf 5 zählen
Omote (Bewegung vor dem Angreifer)
Ura (Bewegung hinter dem Angreifer)
Sempai (der "Ältere")
Kohei (der "Jüngere")

Tai sabaki (Schritte)

Irimi
Tenkan
Kaiten
Irimi tenkan

Ukemi (Rollen)

Ushiro ukemi
Mae ukemi

Tachi waza (stehend)

<i>Angriff</i>	<i>Technik</i>
Katate-dori gyaku-hanmi	Tai no henko
Katate-dori gyaku-hanmi	Sumi otoshi
Kiawase shomen-uchi	Ikkyo (omote und ura waza)

Suvari waza (kniend)

<i>Angriff</i>	<i>Technik</i>
Ryote-dori	Kokyu ho



Prüfungsprogramm Kinder Aikido Zürich

8. Kyu Hakkyu, grüner Gürtel

Begriffe Japanisch auf 10 zählen
Atemi (Schlagtechnik)

Tai sabaki (Schritte) Irimi
Tenkan
Kaiten
Irimi tenkan
Irimi kaiten
Shikko vorwärts

Ukemi (Rollen) Ushiro ukemi
Mae ukemi

Tachi waza (stehend)	<i>Angriff</i>	<i>Technik</i>
	Kiawase shomen-uchi	Ikkyo (omote und ura waza)
	Katate-dori gyaku-hanmi	Kokyu nage (3 verschiedene)
	Katate-dori ai-hanmi	Shiho nage (omote und ura waza)
	Ryote-dori	Tenchi nage

Suvari waza (kniend)	<i>Angriff</i>	<i>Technik</i>
	Ryote-dori	Kokyu ho



Prüfungsprogramm Kinder Aikido Zürich

7. Kyu Nanakyu, weiss-blauer Gürtel

Tai sabaki (Schritte)

Irimi
Tenkan
Kaiten
Irimi tenkan
Irimi kaiten
Shikko vorwärts
Shikko rückwärts

Ukemi (Rollen)

Ushiro ukemi
Mae ukemi

Tachi waza (stehend)

Angriff

Kiawase shomen-uchi
Katate-dori ai-hanmi
Katate-dori gyaku-hanmi
Katate-dori gyaku-hanmi
Ryote-dori

Technik

Ikkyo (omote und ura waza)
Uchi kaiten sankyo (omote und ura)
Kokyu nage (3 verschiedene)
Kote gaeshi
Shiho nage (omote und ura waza)

Suwari waza (kniend)

Angriff

Ryote-dori
Kiawase shomen-uchi

Technik

Kokyu ho
Ikkyo (omote und ura waza)



Prüfungsprogramm Kinder Aikido Zürich

6. Kyu

Hakkyu, blauer Gürtel

Tai sabaki (Schritte)

Irimi
Tenkan
Kaiten
Irimi tenkan
Irimi kaiten
Tsugi ashi
Shikko vorwärts
Shikko rückwärts

Ukemi (Rollen)

Ushiro ukemi
Mae ukemi

Tachi waza (stehend)

Angriff

Kiawase shomen-uchi
Kiawase shomen-uchi
Katate-dori gyaku-hanmi
Katate-dori gyaku-hanmi
Yokomen-uchi
Yokomen-uchi

Technik

Sankyo (omote und ura waza)
Irimi nage
Kokyu nage (3 verschiedene)
Udekime nage
Kote gaeshi
Shiho nage (omote und ura waza)

Suware waza (kniend)

Angriff

Ryote-dori
Kiawase shomen-uchi

Technik

Kokyu ho
Ikkyo (omote und ura waza)

Randori

Angriff

Ryohiji-dori

Technik

Kokyu nage