

# Aikido Kyoushinkan

## Prüfungstechniken

(gültig ab 01.01.2022)



### 8. - 7. Kyu

1. Migi hanmi no kamae
2. Hidari hanmi no kamae
3. Seiza ho
4. Shikko-ho
5. Tai no henko 1
6. Tai no henko 2
7. Hiriki no yosei 1
8. Hiriki no yosei 2
9. Katate mochi shionage 1
10. Katate mochi shionage 2
11. Shomen uchi ikkajo osae 1
12. Shomen uchi ikkajo osae 2
13. Shumatsu dosa 1
14. Shumatsu dosa 2

*Kihon dosa ohne Partner  
Techniken werden beidseitig geprüft  
Vorbereitungszeit 3 Monate  
Mind. 10 Trainingseinheiten*

### 6. - 5. Kyu

1. Migi hanmi no kamae
2. Hidari hanmi no kamae
3. Tai no henko 1
4. Tai no henko 2
5. Hiriki no yosei 1
6. Hiriki no yosei 2
9. Katate mochi nikajo osae 1
10. Katate mochi nikajo osae 2
11. Shomen uchi sankajo osae 1
12. Shomen uchi sankajo osae 2
13. Katate mochi sokumen iriminage 1
14. Yokomen uchi shomen iriminage 2
15. Shumatsu dosa 1
16. Shumatsu dosa 2

*Kihon dosa mit Partner  
Techniken werden beidseitig geprüft  
Vorbereitungszeit 3 Monate  
Mind. 10 Trainingseinheiten*

### 4. Kyu

1. Migi hanmi no kamae
2. Hidari hanmi no kamae
3. Tai no henko 1
4. Tai no henko 2
5. Hiriki no yosei 1
6. Hiriki no yosei 2
7. Shomen uchi yonkaho osae 1
8. Mune mochi hijijime 2
9. Shomen uchi kotegaeshi 2
10. Ryote mochi tenchi nage 1
11. Suwari waza ryote mochi kokyu ho 1
12. Shitei waza
13. Shumatsu dosa 1
14. Shumatsu dosa 2

### Shite Waza

- Katate mochi shionage 1/2
- Shomen uchi ikkajo osae 1/2
- Katate mochi nikajo osae 1/2
- Shomen uchi sankajo osae 1/2
- Katate mochi sokumen iriminage 1
- Yokomen uchi shomen iriminage 2

*Kihon dosa mit Partner  
Techniken werden beidseitig geprüft  
Vorbereitungszeit 3 Monate  
Mind. 10 Trainingseinheiten*