

6de Kyu Aikido - WIT

TACHI WAZA – STAANDE TECHNIEKEN

Aihanmi katatedori

- irimi nage
- kote gaeshi
- ikkyo
- shihonage
- uchi kaiten nage
- sankyo

Shomen uchi

- irimi nage

De technieken dienen in omote waza en ura waza te worden uitgevoerd.

BASISBEWEGINGEN

- Ukemi waza – valbreken
- Shikko – verplaatsen op knieën
- Tai sabaki – draaiend wegstappen
- So tai dosa – bevrijden van de aanval katatedori door hand- en polsdraaien

5de Kyu Aikido examen - GEEL

Herhaling van alle 6de Kyu exameneisen +

TACHI WAZA – STAANDE TECHNIEKEN

Shomen uchi

- ikkyo
- nikyo
- kote gaeshi

Chudantsuki

- irimi nage
- kote gaeshi

Katatedori

- tenshi nage
- ude kime nage
- kokyo nage
- ikkyo
- shihonage

SUWARI WAZA – TECHNIEKEN OP DE KNEEEN

Shomen uchi

- ikkyo

Katadori

- ikkyo

De technieken dienen in omote waza en ura waza te worden uitgevoerd.

4de Kyu Aikido examen - ORANJE

Herhaling van alle 5de Kyu exameneisen +

TACHI WAZA – STAANDE TECHNIEKEN

Shomen uchi

- sankyo
- uchikaiten sankyo

Yokomen uchi

- shiho nage
- irimi nage
- tenshi nage
- kote gaeshi
- ude kime nage

Chudantsuki

- ude kime nage
- hiji kime osae

Jodantsuki

- ikkyo

Ryotedori

- shiho nage
- tenshi nage
- ude kime nage
- ikkyo

Katatedori

- nikyo

Katate ryotedori

- kote gaeshi

SUWARI WAZA – TECHNIEKEN OP DE KNEEEN

Shomen uchi

- nikyo

Katadori

- nikyo

Ryotedori

- kokyu ho

De technieken dienen in omote waza en ura waza te worden uitgevoerd.

3de Kyu Aikido - GROEN

Herhaling van alle 4de Kyu exameneisen +

TACHI WAZA – STAANDE TECHNIEKEN

Shomen uchi

- yonkyo
- gokyo

Yokomen uchi

- ikkyo
- uchi kaiten sankyo

Chudantsuki

- soto kaiten nage
- uchi kaiten sankyo

Jodantsuki

- shiho nage
- kote gaeshi

Katatedori

- uchi kaiten nage
- sankyo
- yonkyo

Katate ryotedori

- ikkyo
- nikyo

Ryotedori

- irimi nage
- kote gaeshi
- kokyo nage

USHIRO WAZA – TECHNIEKEN KOMEND VAN ACHTEREN

Ryotedori

- ikkyo
- hiji kime osae
- kote gaeshi
- shiho nage
- irimi nage

SUWARI WAZA – TECHNIEKEN OP DE KNEEEN

Shomen uchi

- irimi nage
- kote gaeshi
- sankyo

Katadori

- sankyo

De technieken dienen in omote waza en ura waza te worden uitgevoerd.

2de Kyu Aikido - BLAUW

Herhaling van alle 3de Kyu exameneisen +

TACHI WAZA – STAANDE TECHNIEKEN

Yokomen uchi

- nikyo
- sankyo
- yonkyo
- gokyo
- goshi nage

Munadori

- ikkyo
- shiho nage
- uchi kaiten sankyo

Katadori menuchi

- shiho nage
- kote gaeshi
- irimi nage
- goshi nage
- ikkyo

Jodantsuki

- nikyo
- sankyo

Maegeri

- irimi nage

USHIRO WAZA – TECHNIEKEN KOMEND VAN ACHTEREN

Eridori

- ikkyo

Ryokatadori

- ikkyo
- nikyo
- sankyo
- irimi nage
- kote gaeshi

Ryohijidori

- kote gaeshi
- irimi nage

Katatedori kubishime

- ikkyo

SUWARI WAZA – TECHNIEKEN OP DE KNEEEN

Shomen uchi

- yonkyo
- sotokaiten nage

Ryokatadori

- ikkyo

Chudantsuki

- kote gaeshi

Jodantsuki

- ikkyo

De technieken dienen in omote waza en ura waza te worden uitgevoerd.

1ste Kyu Aikido - BRUIN

Herhaling van alle 2de Kyu exameneisen +

TACHI WAZA – STAANDE TECHNIEKEN

Munadori menuchi

- ikkyo
- nikyo
- sankyo
- goshi nage

Jodantsuki

- yonkyo
- goshi nage
- irimi nage
- shiho nage
- sotokaiten nage
- ushiro kiri otoshi

USHIRO WAZA – TECHNIEKEN KOMEND VAN ACHTEREN

Ryotedori

- yonkyo
- kokyu nage
- goshi nage

Katatedori kubishime

- nikyo
- sankyo

Eridori

- nikyo
- sankyo
- irimi nage

HANMI HANDACHI WAZA – TORI OP DE KNIEEN EN UKE STAAND

Katatedori

- shiho nage
- uchi kaiten nage
- ikkyo

Ryotedori

- shiho nage

SUWARI WAZA – TECHNIEKEN OP DE KNIEEN

Ryokatadori

- sankyo
- yonkyo

Katatedori menuchi

- irimi nage
- kote gaeshi
- kokyo nage

De technieken dienen in omote waza en ura waza te worden uitgevoerd.

Referentie:

<https://budo-info.nl/aikido/aikido-examens-exameneisen/>