



Takemusu Aikido

Yodan Prüfung



Katate dori
Morote dori

Tai no henko
Kokyuho

SUWARI WAZA

Shomen uchi Ikkyo bis Yonkyo omote / ura
Katate dori Ikkyo bis Yonkyo omote / ura

HANMI HANDACHI

Katate dori	Shihonage
Ryote dori	Shihonage
Shomen uchi	3 Techniken
Tsuki	3 Techniken
Ushiro Ryote dori	5 Techniken
Ushiro Ryokata dori	5 Techniken

TACHI WAZA

Yokomen uchi Ikkyo bis Gokyo Omote & Ura
Kihon und Ki no nagare

VARIATIONEN

Irimi nage	5 Techniken
Ushiro waza	5 Techniken
Kote gaeshi	5 Techniken
Shihonage	5 Techniken
Koshi nage	5 Techniken
Kokyu nage	5 Techniken

Henka waza

Oyowaza

JIYU WAZA

1 Person fließender, freier Angriff

JO

20 Jo Suburi

13 Jo Kata

31 Jo Kata

KEN

7 Ken Suburi

Ken no awase

Migi no awase

Hidari no awase

Go no awase

Shichi no awase

KUMI JO or Ken Tai Jo

1-10

RANDORI

1,5 Minuten gegen vier Angreifer mit Schwert, Stock, Messer und ohne Waffen