

Sandan requirements - Takemusu Aikido

Til eksaminationen kan man blive testet i teknikker som man tidligere er blevet eksamineret i.

Tai Jutsu

Tai no Henko + ki no nagare (jutai and ryutai)

Kokyu Ho

3 variationer (chudan – twist nage's arm; jodan – løfte nage's arm; gedan – holde nage's arm nede)

Ryokata Dori Kokyu Ho

Morote Dori

Irimi Nage (kihon + ki no nagare)

Koshi Nage (kihon + ki no nagare)

Kosa Dori (Ai Hanmi Katate Dori)

Kote Gaeshi

Irimi Nage

Muna Dori

Juji Garami

Shomen Uchi

Kote Gaeshi

Shihonage (omote waza)

Irimi Nage (kihon + ki no nagare)

Yokomen Uchi

Ikkyo + Nikyo (omote + ura waza)

Kote Gaeshi (ki no nagare)

Shiho Nage omote waza (ki no nagare)

Irimi Nage (ki no nagare)

Ushiro Ryokata Dori

Kokyu Ho

Ikkyo (omote waza)

Jiyu Waza

På dette niveau skal der demonstreres kontrol med en (1) angriber. Her ønsker vi initiativ.

Kokyu Nage

Morote Dori, Ryokata Dori, Ryote Dori: minimum three techniques from each attackform

Tanto Dori

Shomen Uchi, Tsuki: minimum tre teknikker fra hver angrebsform.

Yokomen Uchi Gokyo

Bukiwaza

Ken:

Happo-giri,

5 Kumi Tachi + Kimusubi no Tachi

Jo:

31 kata Kumijo

13 kata awase