

Yondan Pensum - 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 og ryutai)

Kokyuho

Morote dori Shudan, Gedan, Jodan

Mune dori

Ikkyo + ki no nagare (omote og ura waza)

Juji garame

Sode dori

Ikkyo

Nikkyo

Yokomen uchi

Kote gaeshi – ki no nagare

Iriminage – ki no nagare

Shihonage – ki no nagare

Tsuki

Kote gaeshi

Iriminage

Suwari waza

Kata dori ikkyo – omote waza

Kata dori nikkyo – ura waza

Suwari waza

Irimi nage

Kokyuho

Jiu waza

Futari gake (To angribere)

Kokyunage (ki no nagare)

Jiu waza

Jodori to fra hver side (fra ai hanmi og gyaku hanmi)

Jonage 4 forskellige versioner.

Tachidori to fra hver side (fra ai hanmi og gyaku hanmi)

Bukiwaza

Ken tai jo:

chokubarai, kaehibarai and kaitenbarai

Jo:

10 kumi-jo