

# Gradueringer i Frederiksberg Aikido Klub

Der afholdes gradueringer ca. 3 gange om året i Frederiksberg Aikido Klub.

Man kommer ikke automatisk til graduering. Man bliver indstillet til graduering af sin Sensei såfremt, at eleven har trænet regelmæssigt, har udvist en forståelse og respekt for dojo-etikette og kammeratskab og ikke mindst kan sit pensum til prøven.

For at blive indstillet skal man have Tid (måneder/år siden sidste grad), Træningstid (Timer), Seminarer (deltagelse) og teknikniveau i henhold til pensum

Tiderne imellem gradueringerne herunder skal kun betragtes som vejledende.

Ved mindre regelmæssig træning må der påregnes betydelig længere tidsperiode for opnåelse af grader.

Første graduering sker efter ca. 5 måneders træning af 2-3 gange om ugen, her bliver man gradueret til sin første grad (6.kyu).

Gradueringsbestemmelser:

## **Mudansha grader (kyu grader)**

6. kyu (Rokyu)

efter ca. 5 måneders træning af 2-3 gange om ugen siden man startede.

5. kyu (Gokyu)

efter ca. 5 måneders træning af 2-3 gange om ugen siden man opnåede sin 6. kyu tilfredsstillende.

4. kyu (Yonkyu)

efter ca. 5 måneders træning af 2-3 gange om ugen siden man opnåede 5. kyu tilfredsstillende.

3. kyu (Sankyu) (Hakama må bæres)

efter min. 12 måneders træning af 2-3 gange om ugen siden man opnåede 4. kyu tilfredsstillende.

2. kyu (Nikyu)

efter min. 12 måneders træning af 2-3 gange om ugen siden man opnåede 3. kyu tilfredsstillende.

1. kyu (Ikkyu)

efter min. 12 måneders træning af 2-3 gange om ugen siden man opnåede 2. kyu tilfredsstillende.

## **Yudansha grader (sortbælte grader)**

1. dan (Shodan)

efter min. 12 måneders træning af min.3 gange om ugen.

2.dan (Nidan)

efter min. 24 måneders træning af min.3 gange om ugen

3.dan (Sandan)

efter min. 36 måneders træning af min.3 gange om ugen

4.dan (Yondan)

efter min. 60 måneders træning af min.3 gange om ugen

5.dan (Godan) Ingen test! Rekommanderet eller anbefalet grad

efter 5 til 7 års træning eller undervisning.