

# Kyu-gradering i Brandbergens Aikidoklubb

*Även om man graderas på viss sak vid viss grad måste man på tidigare grader öva löpande på den saken, annars uppnår man inte rätt kunskap vid graderingstillfället.*

*Vid varje grad ska man kunna allt som krävts för graderna innan. Den nya gradens tekniker, anfall och waza ska kunna på den tidigare gradens tekniker, anfall och waza.*

*Vid gradering skall man kunna tekniknamnen och namn på redskap!  
Detta krav tas ej hårt på vid 6:e kyu, men skärps vid senare grader.*

## **6:e kyu. Introduktion**

### **Tekniker**

Ikkyo  
Kokyu-ho  
Suwari kokyu-ho  
Tai no tenkan  
Iriminage

### **Anfall**

Ai hanmi  
Gyako hanmi  
Ryotedori

### **Övrigt**

Lågt framåtfall och kort bakåtfall på snälla kast.  
Irimitenkan taisabaki  
Omote och ura  
Rei, sittande och stående

## **5:e kyu. Grundläggande färdigheter**

### **Tekniker**

Nikyo  
Sankyo  
Tenchinage  
Shihonage (låg)  
Kotegaeshi (låg)  
Kokyunage (låg)

### **Anfall**

Morotedori  
Shomen uchi  
Yokomen uchi  
Tsuki

### **Övrigt**

komplett bakåtfall  
Shikko (framåt, bakåt & snurr)  
Taisabaki på tsuki

## **4:e kyu. Inför avancerad träning**

### **Tekniker**

Yonkyo  
Gokyo  
Rokkyo  
Kaitennage  
Udekimenage  
Ushiro kiriotoshi

### **Anfall**

Katadori  
Ryo katadori  
Mune dori  
Ushiro ryotedori

### **Vapen**

Se Bilaga Jo&bokken

### **Övrigt**

Höga fall över bock e. dyl.  
Suwariwaza  
Hanmi handachiwaza  
Soto och uchi (kaiten)

## **3:e kyu. Avancerad träning**

*Kunna alla grundtekniker: tachiwaza, suwariwaza & hanmi handachiwaza*

### **Tekniker**

Kaitenosae  
Koshinage  
Aiki otoshi  
Aikinage  
Jujigarami  
Kotegaeshi (hög)  
Kokyunage (hög)

### **Anfall**

Sode dori  
Hiji dori  
Ushiro ryo katadori  
Ushoro eridori  
Ushiro kubeshime  
Grepp runt midjan  
Ushiro ryote kakae dori (Grepp runt hela kroppen inkl. armarna.)

### **Vapen**

Se Bilaga Jo&bokken

### **Övrigt**

Höga fall på alla tekniker  
Ki nagare

## **2:a kyu. Vapengrad**

### **Tekniker**

Hög shihonage

### **Vapen**

Se Bilaga Jo&bokken

### **Övrigt**

Jiyuwaza

## **1:a kyu. Inför shodan**

### **Anfall**

Mawashi uchi

Krok

Sparkar

### **Vapen**

Se Bilaga Jo&bokken

Flödande vapenhantering

### **Övrigt**

Flera anfallande

2 anfallanden morotedori

Atemi

Kiai

# **Bilaga Jo&bokken**

## **4:e kyu**

### **BOKKEN SUBURI**

chudan no kamae  
jodan no kamae  
hasso no kamae  
waki no kamae  
shomen uchi  
kote uchi  
do uchi  
yokomen uchi  
jodan tsuki  
chudan tsuki

### **JO SUBURI**

Shomen uchikomi  
Gyaku yokomen  
Choku tsuki  
Gyaku tsuki  
Ushiro tsuki (migi&hidari)  
Gedan gaeshi  
Jodan gaeshi  
Hasso gaeshi  
Katate gedan gaeshi  
Katate toma uchi  
Katate hachinoji gaeshi

## **3:e kyu**

### **JO KATA**

13 kata

## 2:a kyu

*Samtliga uppräknade träningsformer skall kunnas.*

*Exemplen som följer därefter är just exempel. Många andra sätt finns att visa upp sina färdigheter.*

Tachi dori (Försvar mot bokken)

Anfall: shomen uchi, tsuki

Tachi waza (Aikidotekniker med bokken i hand)

Anfall: ai hanmi, gyaku hanmi

Aiki ken (Tvåmannakator med bokken)

Jo dori (Försvar mot jo)

Anfall: tsuki

Jo waza (Aikidotekniker med jo i hand)

Anfall: ai hanmi, gyaku hanmi

Aiki jo (Tvåmannakator med jo)

### **Exempel på tekniker**

#### **TACHI DORI**

Ikkyo

Kotegaeshi

Iriminage

Kokyuho

Kokyunage

#### **JO DORI**

Ikkyo

Kotegaeshi

Iriminage

Kokyuho

Kokyunage

#### **TACHI WAZA**

##### **Ai hanmi**

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Shihonage

Kotegaeshi

Iriminage

Udekimenage

##### **Gyaku hanmi**

Kaitennage

Kokyuho

Kokyunage

#### **JO WAZA**

##### **Ai hanmi**

Ikkyo

Nikyo

Sankyo

Shihonage

Kotegaeshi

Iriminage

##### **Gyaku hanmi**

Tenshinage

Kokyuho

Kokyunage

##### **Morotedori**

Kokyunage

#### **AIKI KEN:**

Bokken awase ho 1-7

#### **AIKI JO:**

Jo awase ho 1-8

## 1:a kyu

Tanto dori (Försvar mot kniv)

Anfall: shomen uchi, yokomen, gyaku yokomen, tsuki, gotai ushiro tsuki

#### **JO KATA**

Kata 31