

# KYU-VIZSGA KÖVETELMÉNYEK

## AIKIDO SHINBUKAN DOJO

2019~

Fokozatok, kivárási idő:	Waza
<p style="text-align: center;"><b>8. kyu</b></p> <p>Feltétel: a gyakorlás kezdetétől számítva legalább 3 hónap. 15 éves kor alatt!</p>	<p>Zenpo-, koho-ukemi; Shikko (mae); Ikkyo-undo - zengo, shiho (tachi waza); Uchikata (shomen, yokomen, tsuki); Tai sabaki (irimi, tenkan, kaiten)</p> <p><b>Aihanmi katate dori-</b> Iriminage, Ikkyo, Shihonage; <b>Gyakuhanmi katate dori-</b> Kokyunage, Ikkyo;</p>
<p style="text-align: center;"><b>7. kyu</b></p> <p>Feltétel: a gyakorlás kezdetétől számítva legalább 3 hónap, legkevesebb 20 edzésnap.</p>	<p>8. kyu waza; Funakogi undo; Tai sabaki (irimi, tenkan, kaiten); Sayu kokyuho undo;</p> <p><b>Gyakuhanmi katate dori-</b> Iriminage, Shihonage <b>Munadori-</b> Ikkyo, Iriminage; <b>Shomen uchi-</b> Ikkyo</p>
<p style="text-align: center;"><b>6. kyu</b></p> <p>Feltétel: a 7. kyu megszerzése óta legkevesebb 20 edzésnap.</p>	<p>Tobikoshi ukemi; Shikko (mae, ushiro); Ikkyo-undo -shiho (tachiwaza, zagi); Sotai dosa (irimi, tenkan, kaiten)</p> <p><b>Gyakuhanmi katatedori-</b> Nikyo, Kaitennage (uchi kaiten); <b>Shomen uchi-</b> Iriminage, Shihonage, Nikyo; <b>Ryote dori-</b> Ikkyo, Tenchinage;</p>
<p style="text-align: center;"><b>5.kyu</b></p> <p>Feltétel: a 6. kyu megszerzése óta legkevesebb 30 edzésnap, melyből 4 edzőtábori edzésen való részvétel.</p>	<p><b>Ken-</b> Suburi no bu (tachiwaza); <b>Jo-</b> Tsuki no bu (kimon no kamae);</p> <p>Shikko (kaiten); Ikkyo undo -happo (tachiwaza, zagi); Sabaki kata (shomen, tsuki) <b>Shomen uchi-</b> Sankyo, Yonkyo, Kotegaeshi, Kaitennage (uchi kaiten); <b>Ryote dori-</b> Iriminage, Shihonage; <b>Zagi ryote dori-</b> kokyuho</p>
<p style="text-align: center;"><b>4. kyu</b></p> <p>Feltétel: a 5. kyu megszerzése óta legkevesebb 40 edzésnap, melyből 6 edzőtábori edzésen való részvétel.</p>	<p><b>Ken-</b> Kirikaeshi no bu (tachiwaza); <b>Jo-</b> Tsuki, Men no bu (kimon no kamae);</p> <p><b>Tsuki-</b> Ikkyo, Nikyo, Shihonage; <b>Yokomen uchi-</b> Iriminage, Kotegaeshi (tobiukemi); <b>Katate-ryote dori-</b> Iriminage, Kokyuho, Kokyunage; <b>Muna dori-</b> Sankyo, Yonkyo; <b>Zagi- Shomen uchi -</b> Ikkyo, Nikyo, Iriminage;</p>
<p style="text-align: center;"><b>3. kyu</b></p> <p>Feltétel: a 4. kyu megszerzése óta legkevesebb 50 edzésnap, melyből 7 edzőtábori edzésen való részvétel.</p>	<p><b>Ken-</b> Suburi, Kirikaeshi no bu (tachiwaza, zagi); <b>Jo-</b> Tsuki, Men, Katate, Hasso no bu (kimon no kamae);</p> <p><b>Yokomen uchi-</b> Shihonage, Kaitennage (uchi-soto kaiten) <b>Tsuki-</b> Kotegaeshi, Sankyo, Yonkyo; <b>Ushiro-ryote dori-</b> Nikyo, Sankyo, Iriminage, Kokyunage; <b>Hanmi-handachi- Ryotedori-</b> Shihonage; <b>Zagi- Shomen uchi-</b> Kotegaeshi; <b>Katate dori-</b> Ikkyo~Yonkyo;</p>
<p style="text-align: center;"><b>2. kyu</b></p> <p>Feltétel: a 3. kyu megszerzése óta legkevesebb 60 edzésnap, melyből 9 edzőtábori edzésen való részvétel.</p>	<p><b>Ken-</b> Ashi no fumikae no bu (tachiwaza), Tsuki no bu (tachiwaza, zagi); <b>Jo-</b> Tsuki, Men, Katate, Hasso, Nagare no bu (kimon no kamae); 13 no jo (hidari hanmi)</p> <p><b>Tachi waza-</b> <b>Katate-ryotedori-</b> Iriminage (2 változat), Kotegaeshi; <b>Shomen uchi-</b> Ikkyogaeshi, Koshinage; <b>Muna dori-</b> Nikyo; <b>Gyakuhanmi katatedori-</b> Ikkyo, Iriminage (kimon, sabaki)</p> <p><b>Hanmi-handachi-</b> <b>Katate dori-</b> Ikkyo~ Yonkyo, Kaitennage(uchi-soto kaiten) ;</p> <p><b>Zagi-</b> <b>Yokomen uchi-</b> Ikkyo~ Yonkyo, Kotegaeshi, Iriminage;</p> <p><b>Ushiro-waza-</b> <b>Ushiro-ryote dori-</b> Ikkyo~ Yonkyo, Kotegaeshi; <b>Ushiro katate kubijime-</b> Sankyonage;</p> <p><b>Jiyu-waza-</b> Gyakuhanmi-Katate dori, Shomen uchi, Katate-ryote dori,</p>
<p style="text-align: center;"><b>1. kyu</b></p> <p>Feltétel: a 2. kyu megszerzése óta legkevesebb 70 edzésnap, melyből 10 edzőtábori edzésen való részvétel.</p>	<p><b>Ken-</b> Zengo no ido: suburi, kirikaeshi, tsuki no bu (tachiwaza, zagi); <b>Jo-</b> 31 no jo (hidari), tsuki-, men-, katate-, hasso-, nagare no bu (hidari, migi hanmi), Shikko kaiten (2 változat)</p> <p><b>Tachi waza-</b> <b>Katadori menuchi-</b> Ikkyo~ Yonkyo, Iriminage; <b>Ryote dori-</b> Kote gaeshi (2 változat) <b>Yokomen uchi-</b> Kaitenosae (uchi, soto), Udegarami, Ikkyogaeshi, Koshinage;</p> <p><b>Hanmi-handachi-</b> <b>Shomen uchi-</b> Ikkyo~ Yonkyo, Iriminage;</p> <p><b>Zagi-</b> <b>Tsuki-</b> Ikkyo~ Yonkyo, Iriminage, Kotegaeshi;</p> <p><b>Ushiro-waza-</b> <b>Ushiro-ryote dori-</b> Shihonage, Jujigarami; <b>Ushiro-ryohiji dori-</b> Kotegaeshi, Ikkyo; <b>Ushiro-katate-kubijime-</b> Ikkyo, Nikyo, Iriminage;</p> <p><b>Jiyu-waza-</b> Katate ryote dori, Yokomen uchi, Tsuki,</p>

\* Edzőtábor edzésekre a dojo illetve külföldi kapcsolatainak táborai valamint az Aikikai Hungary által szervezett táborok számítanak bele!

### KEN – JO KIHON

<b>JO</b>	<b>Tsuki-no-bu</b> (kimon no kamae: hidari hanmi)	1. Choku-tsuki 2. Kaeshi-tsuki 3. Ushiro-tsuki 4. Tsuki-gedangaeshi 5. Tsuki-jodangaeshi
	<b>Men-no-bu</b> (kimon no kamae: migi hanmi)	1. Shomen-uchikomi 2. Renzoku-uchikomi 3. Menuchi-ushiro-tsuki 4. Menuchi-gedangaeshi 5. Hidari-yokomen-ushiro-tsuki
	<b>Katate-no-bu</b> (kimon no kamae: hidari hanmi)	1. Katate-gedangaeshi 2. Katate-toma-uchi 3. Katate-hachi-no-ji-gaeshi
	<b>Hasso-no-bu</b> (kimon no kamae: migi hanmi)	1. Hassogaeshi-uchi 2. Hassogaeshi-tsuki 3. Hassogaeshi-ushiro-tsuki 4. Hassogaeshi-ushiro-uchi 5. Hassogaeshi-ushiro-barai
	<b>Nagare-no-bu</b> (kimon no kamae: migi hanmi)	1. Hidarinagare gaeshi-uchi 2. Miginagare gaeshi-tsuki
<b>KEN</b>	<b>Suburi-no-bu</b> (tatte, suwatte)	1. Shikko-dachi 2. Hanmi (migi, hidari) 3. Zengo (migi, hidari) 4. Shiho (migi, hidari – omote, ura)
	<b>Kirikaeshi-no-bu</b> (tatte, suwatte)	1. Shikko-dachi 2. Hanmi (migi, hidari) 3. Zengo (migi, hidari) 4. Shiho (migi, hidari – omote, ura)
	<b>Ashi-no-fumikae</b> (kimon, tsuki)	1. Mae- Suburi, Kirikaeshi(migi, hidari) 2. Ushiro- Suburi, Kirikaeshi (migi, hidari)
	<b>Tsuki-no-bu</b> (kimon, ashi-no-fumikae)	1. Hanmi (migi, hidari) 2. Zengo (migi, hidari) 3. Shiho (migi, hidari – omote, ura)