
Aikido Gerolsheim e.V.



Prüfungsordnung

Stand: 2007

Aikido Gerolsheim e.V.

Grundtechniken

Dies sind die Grundtechniken für Kyu-Prüfungen.

Kihon Nage-waza (Wurftechniken):

Shiho-nage
Kote-gaeshi
Irimi- nage
Kaiten-nage
Tenchi-nage

Kihon Katame-waza (Haltetechiken):

Ik-kyo
Ni-kyo
San-kyo
Yon-kyo
Go-kyo

Aikido Gerolsheim e.V.

Angriffsformen

Hier die Angriffsformen für Kyu-Grade:

1. Ai-hanmi-katate-tori

Die rechte Hand des Partners umfaßt mein rechtes Handgelenk, bzw. die linke Hand des Partners umfaßt mein linkes Handgelenk.

2. Gyaku-hanmi-katate-tori

Die rechte Hand des Partners umfaßt mein linkes Handgelenk, bzw. die linke Hand des Partners umfaßt mein rechtes Handgelenk.

3. Kata-tori

Die rechte Hand des Partners umfaßt meine linke Schulter, bzw. die linke Hand des Partners umfaßt meine rechte Schulter.

3a. Kata-tori-men-uchi

Die rechte Hand des Partners umfaßt meine linke Schulter, bzw. die linke Hand des Partners umfaßt meine rechte Schulter, und dabei wird mit der anderen Hand ein frontaler Schlag zum Kopf ausgeführt.

4. Mune-tori

Die rechte bzw. linke Hand des Partners faßt meine Kleidung über der Brust.

5. Shomen-uchi

Frontaler Schlag des Partners, der mit der rechten bzw. linken Hand von oben gegen meine Stirn geführt wird.

6. Yokomen-uchi

Schlag des Partners, der mit der rechten Hand von oben gegen meine linke Kopfseite, bzw. mit der linken Hand gegen meine rechte Kopfseite geführt wird.

7. Chudan-tsuki

Stoß des Partners mit der rechten bzw. linken Faust in Richtung auf die Körpermitte.

8. Ushiro-katate-eri-tori

Die rechte bzw. linke Hand des Partners faßt von hinten meinen Kragen.

9. Katate-ryote-tori

Beide Hände des Partners umfassen meine rechte bzw. linke Hand.

10. Ryote-tori

Jede Hand des Partners umfaßt eines meiner Handgelenke.

11. Ryote-sode-tori

Beide Hände des Partners umfassen meine Ellbogengelenke.

Aikido Gerolsheim e.V.

12. Ryo-kata-tori

Beide Hände des Partners umfassen meine Schultern.

13. Ushiro-ryo-te-tori

Beide Hände des Partners umfassen von hinten meine Handgelenke.

14. Ushiro-ryo-sode-tori

Beide Hände des Partners umfassen von hinten meine Ellbogengelenke.

15. Ushiro-ryo-kata-tori

Beide Hände des Partners fassen von hinten meine Schultern.

16. Ushiro-katate-kubi-shime-katate-tekubi-tori

Die rechte Hand des Partners würgt von hinten meinen Hals, während seine linke Hand mein linkes Handgelenk umfasst bzw. die linke Hand des Partners würgt von hinten meinen Hals, während seine rechte Hand mein rechtes Handgelenk umfasst.

Aikido Gerolsheim e.V.

Jo Suburi

- 1. Choku Tsuki**
- 2. Gaeshi Tsuki**
- 3. Ushiro Tsuki**
- 4. Tsuki Gedan Gaeshi**
- 5. Tsuki Jodan Gaeshi**
- 6. Shomen Uchikomi**
- 7. Renzoku Uchikomi**
- 8. Men Uchi Gedan Gaeshi**
- 9. Men Uchi Ushiro Tsuki**
- 10. Gyaku Yokomen Ushiro Tsuki**
- 11. Katate Gedan Gaeshi**
- 12. Toma Katate Uchi**
- 13. Katate Hachi No Ji Gaeshi**
- 14. Hasso Gaeshi Uchi**
- 15. Hasso Gaeshi Tsuki**
- 16. Hasso Gaeshi Ushiro Tsuki**
- 17. Hasso Gaeshi Ushiro Uchi**
- 18. Hasso Gaeshi Ushiro Harai**
- 19. Hidari Nagare Gaeshi Uchi**
- 20. Migi Nagare Gaeshi Tsuki**

Aikido Gerolsheim e.V.

Ken Suburi

- 1. Ken Suburi**
- 2. Ken Suburi**
- 3. Ken Suburi**
- 4. Ken Suburi**
- 5. Ken Suburi**
- 6. Ken Suburi**
- 7. Ken Suburi**

Ki Musubi No Tachi

Kumitachi

- 1. Kumitachi**
- 2. Kumitachi**
- 3. Kumitachi**
- 4. Kumitachi**
- 5. Kumitachi**

Aikido Gerolsheim e.V.

Prüfungstechniken 6. Kyu

Angriffe

- (1) Ai-hanmi-katate-tori
- (2) Gyaku-hanmi-katate-tori

Nage-waza

- (1) + (2) Shiho-nage
- (1) + (2) Kote-gaeshi
- (1) + (2) Irimi-nage

- (2) Uchi-kaiten-nage
- (2) Tenchi-nage

Katame-waza

- (1) + (2) Ik-kyo

Ukemi

- Mae-ukemi
- Ushiro-ukemi
- Yoko-ukemi

Kokyu-ho

Aikido Gerolsheim e.V.

Prüfungstechniken 5. Kyu

Angriffe

- (1) Ai-hanmi-katate-tori
- (2) Gyaku-hanmi-katate-tori
- (10) Ryote-tori**
- (12) Ryote-kata-tori**

Nage-waza

- (1) + (2) + **(10)** + **(12)** Shiho-nage
- (1) + (2) + **(10)** + **(12)** Kote-gaeshi
- (1) + (2) + **(10)** + **(12)** Irimi-nage
- (2) Uchi-kaiten-nage
- (2) + **(10)** + **(12)** Tenchi-nage

Katame-waza

- (1) + (2) + **(10)** + **(12)** Ik-kyo
- (1) + (2) + **(10)** + **(12)** Ni-kyo

Kokyu-ho

Jo Suburi

- Choku Tsuki
- Gaeshi Tsuki
- Ushiro Tsuki

Ken Suburi

1. Ken Suburi
2. Ken Suburi

Aikido Gerolsheim e.V.

Prüfungstechniken 4. Kyu

Angriffe

- (1) Ai-hanmi-katate-tori
- (2) Gyaku-hanmi-katate-tori
- (3) Kata-tori**
- (3a) Kata-tori-men-uchi**
- (10) Ryote-tori
- (12) Ryote-kata-tori

Nage-waza

- (1) + (2) + **(3)** + **(3a)** + (10) + (12) **Shiho-nage**
- (1) + (2) + **(3)** + **(3a)** + (10) + (12) **Kote-gaeshi**
- (1) + (2) + **(3)** + **(3a)** + (10) + (12) **Irimi-nage**
- (2)** + **(3)** **Uchi-kaiten-nage**
- (2)** + **(3)** + **(3a)** + (10) + (12) **Tenchi-nage**

Katame-waza

- (1) + (2) + **(3)** + **(3a)** + (10) + (12) **Ik-kyo**
- (1) + (2) + **(3)** + **(3a)** + (10) + (12) **Ni-kyo**

Kokyu-ho

Jo Suburi

wie 5. Kyu

Tsuki Gedan Gaeshi

Tsuki Jodan Gaeshi

Ken Suburi

wie 5. Kyu

3. Ken Suburi

4. Ken Suburi

Aikido Gerolsheim e.V.

Prüfungstechniken 3. Kyu

Angriffe

- (1) Ai-hanmi-katate-tori
- (2) Gyaku-hanmi-katate-tori
- (3) Kata-tori
- (3a) Kata-tori-men-uchi
- (4) Mune-tori**
- (5) Shomen-uchi**
- (9) Katate-ryote-tori**
- (10) Ryote-tori
- (12) Ryote-kata-tori

Nage-waza

- (1) + (2) + (3) + (3a) + **(4) + (5) + (9)** + (10) + (12) **Shiho-nage**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + **(4) + (5) + (9)** + (10) + (12) **Kote-gaeshi**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + **(4) + (5) + (9)** + (10) + (12) **Irimi-nage**
- (2) + (3) + **(4) + (5)** **Uchi-kaiten-nage**
- (2) + (3) + (3a) + **(4) + (5)** + (10) + (12) **Tenchi-nage**

Katame-waza

- (1) + (2) + (3) + (3a) + **(4) + (5) + (9)** + (10) + (12) **Ik-kyo**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + **(4) + (5) + (9)** + (10) + (12) **Ni-kyo**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + **(4) + (5) + (9)** + (10) + (12) **San-kyo**

Kokyu-ho

Jo Suburi

wie 4. Kyu

Shomen Uchikomi

Renzoku Uchikomi

Men Uchi Gedan Gaeshi

Men Uchi Ushiro Tsuki

Ken Suburi

wie 4. Kyu

5. Ken Suburi

6. Ken Suburi

7. Ken Suburi

Aikido Gerolsheim e.V.

Prüfungstechniken 2. Kyu

Angriffe

- (1) Ai-hanmi-katate-tori
- (2) Gyaku-hanmi-katate-tori
- (3) Kata-tori
- (3a) Kata-tori-men-uchi
- (4) Mune-tori
- (5) Shomen-uchi
- (6) Yokomen-uchi**
- (9) Katate-ryote-tori
- (10) Ryote-tori
- (12) Ryote-kata-tori
- (13) Ushiro-ryo-te-tori**

Nage-waza

- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + **(6)** + (9) + (10) + (12) + **(13) Shiho-nage**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + **(6)** + (9) + (10) + (12) + **(13) Kote-gaeshi mit Variationen**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + **(6)** + (9) + (10) + (12) + **(13) Irimi-nage mit Variationen**
- (2) + (3) + (4) + (5) + **(6) Uchi-kaiten-nage**
- (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + **(6)** + (10) + (12) **Tenchi-nage**

Katame-waza

- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + **(6)** + (9) + (10) + (12) + **(13) Ik-kyo**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + **(6)** + (9) + (10) + (12) + **(13) Ni-kyo**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + **(6)** + (9) + (10) + (12) + **(13) San-kyo**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + **(6)** + (9) + (10) + (12) + **(13) Yon-kyo**

Kokyu-ho

Jo Suburi

wie 3. Kyu

- Gyaku Yokomen Ushiro Tsuki**
- Katate Gedan Gaeshi**
- Toma Katate Uchi**
- Katate Hachi No Ji Gaeshi**

Ken Suburi

wie 3. Kyu

Ki Musubi No Tachi

Kumitachi

- 1. Kumitachi**
- 2. Kumitachi**

Aikido Gerolsheim e.V.

Prüfungstechniken 1. Kyu

Angriffe

- (1) Ai-hanmi-katate-tori
- (2) Gyaku-hanmi-katate-tori
- (3) Kata-tori
- (3a) Kata-tori-men-uchi
- (4) Mune-tori
- (5) Shomen-uchi
- (6) Yokomen-uchi
- (7) Chudan-tsuki**
- (8) Ushiro-katate-eri-tori**
- (9) Katate-ryote-tori
- (10) Ryote-tori
- (12) Ryote-kata-tori
- (13) Ushiro-ryo-te-tori
- (15) Ushiro-ryo-kata-tori**

Nage-waza

- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + (6) + **(7) + (8)** + (9) + (10) + (12) + (13) + **(15) Shiho-nage**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + (6) + **(7) + (8)** + (9) + (10) + (12) + (13) + **(15) Kote-gaeshi mit Variationen**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + (6) + **(7) + (8)** + (9) + (10) + (12) + (13) + **(15) Irimi-nage mit Variationen**
- (2) + (3) + (4) + (5) + (6) + **(7) Uchi-kaiten-nage**
- (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + (6) + **(7) + (8)** + (10) + (12) **Tenchi-nage**

Katame-waza

- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + (6) + **(7) + (8)** + (9) + (10) + (12) + (13) + **(15) Ik-kyo**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + (6) + **(7) + (8)** + (9) + (10) + (12) + (13) + **(15) Ni-kyo**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + (6) + **(7) + (8)** + (9) + (10) + (12) + (13) + **(15) San-kyo**
- (1) + (2) + (3) + (3a) + (4) + (5) + (6) + **(7) + (8)** + (9) + (10) + (12) + (13) + **(15) Yon-kyo**
- (5) + (6) Go-kyo**

Kokyu-ho

Jo-Suburi

wie 2. Kyu

Hasso Gaeshi Uchi

Hasso Gaeshi Tsuki

Hasso Gaeshi Ushiro Tsuki

Hasso Gaeshi Ushiro Uchi

Hasso Gaeshi Ushiro Harai

Hidari Nagare Gaeshi Uchi

Migi Nagare Gaeshi Tsuki

Ken Suburi

wie 2. Kyu

Ki Musubi No Tachi

Kumitachi

wie 2. Kyu

3. Kumitachi

4. Kumitachi

5. Kumitachi

Aikido Gerolsheim e.V.

Prüfungstechniken 1. Dan

Suwari-waza

Shomen-uchi Ik-kyo
Shomen-uchi Ni-kyo
Shomen-uchi San-kyo
Shomen-uchi Yon-kyo
Shomen-uchi Go-kyo
Shomen-uchi Irimi-nage
Shomen-uchi Kote-gaeshi

Hanmi-hantachi-waza

Katate-tori Ik-kyo
Katate-tori Shiho-nage
Katate-tori Uchi-kaiten-nage

Tachi-waza verschiedene Angriffe und Haltetechniken

Ushiro-waza verschiedene Angriffe und Haltetechniken

Tanto einige genaue Bewegungen

Jo einige genaue Bewegungen

Bokken Schwert gegen Schwert

Jiu-waza gegen 2 Uke