



Prüfungsprogramm Kyu-Grade

Rev. 01.01.2020

Ergänzende Erklärungen zum nachfolgenden Prüfungsprogramm

- An der Prüfung sollen die Techniken primär als Basisform (Kihon waza) vorgezeigt werden, wie sie von den Lehrern der CAA und insbesondere den Mitgliedern des Prüfungskomitees Aikido Sursee unterrichtet werden. Das bedeutet, dass die Bewegung in einer kontrollierten, deutlich ersichtlichen Form ausgeführt wird, die sich jederzeit stoppen lässt.
- Die Basisausführung ist mehr oder weniger statisch. Die Kandidaten sollen sich der Angriffssituation stellen und zeigen, dass sie das Problem lösen können.
- Die Ausführung soll sich durch einen klaren Beginn wie durch ein klares Ende (Zanshin) auszeichnen.
- Die Griffe sollen präzise sein, die Atemi konsequent durchgeführt werden.
- Es sollen keine Übungs- oder Schulungsformen gezeigt werden (Vorübungen, Hilfsstellungen, halbausgeführte Techniken etc.).
- Es wird primär die Arbeit als Tori (Technik ausführende Person), aber auch die als Uke (angreifende Person, die Falltechnik ausführende Person) beurteilt.
- Nach einer allfällig bestandenen Prüfung sind die Anzahl Lektionen von Tori wieder zurückzusetzen, d.h. er beginnt im Stundenblatt des Dojos wieder mit eins.
- Bei Unklarheiten zu Unterscheidungen, zu den verlangten Formen etc. sollen die Lehrer und Lehrerinnen, insbesondere die Prüfungsexperten kontaktiert werden.

Prüfung 6.Kyu

(min. 30 Lektionen)

1. Zarei	Shomen / Sensei / Uke
2. Ukemiwaza	Mae ukemi
	Ushiro ukemi
3. Taisabaki	Irimi, Kaiten, Tenkan (Kombinationen)
4. Tachiwaza	
- Ki awase Shomenuchi	Iriminage
	Kotegaeshi
- Aihanmi Katatedori	Ikkyo (omote / ura)
5. Suwariwaza	
- Ryotedori	Kokyuho
6. Ritsurei	Uke / Sensei / Shomen

Prüfung 5.Kyu

(min. 50 Lektionen)

1. Zarei	Shomen / Sensei / Uke	
2. Tachiwaza		
- Ki awase Shomenuchi	Ikkyo (omote / ura)	
- Aihanmi Katatedori	Iriminage	
	Kotegaeshi	
	Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Ryotedori	Tenchinage	
	Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Gyakuhanmi Katatedori	Shihonage (omote / ura)	
	Uchikaitennage	
	Sotokaitennage	
3. Bukiwaza		
- Ken	Suburi 1 - 3	- <i>Ichi no suburi</i>
		- <i>Ni no suburi</i>
		- <i>San no suburi</i>
4. Suwariwaza		
- Ryotedori	Kokyuho	
5. Ritsurei	Uke / Sensei / Shomen	

Prüfung 4.Kyu

(min. 70 Lektionen)

1. Zarei	Shomen / Sensei / Uke	
2. Tachiwaza		
- Ki awase Shomenuchi	Ikkyo (omote / ura)	
- Aihanmi Katatedori	Ikkyo (omote / ura) Nikyo (omote / ura) Sankyo (omote / ura) Yonkyo (omote / ura)	
- Ryotedori	Tenchinage Kokyunage (Genkei + 2 Weitere) Shihonage (omote / ura)	
- Gyakuhanmi Katatedori	Uchikaitennage Sotokaitennage Iriminage Kotegaeshi Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Katadori	Ikkyo (omote / ura)	
3. Bukiwaza		
- Jo	Suburi 1 - 5	- Choku tsuki - Kaeshi tsuki - Ushiro tsuki - Tsuki gedan gaeshi - Tsuki jodan gaeshi
4. Suwariwaza		
- Ryotedori	Kokyuho	
5. Ritsurei	Uke / Sensei / Shomen	

Prüfung 3.Kyu

(min. 100 Lektionen)

1. Zarei	Shomen / Sensei / Uke	
2. Suwariwaza		
- Ki awase Shomenuchi	Iriminage (nage / osae)	
	Kotegaeshi (nage / osae)	
	Ikkyo (omote / ura)	
3. Tachiwaza		
- Shomenuchi	Sumiotoshi	
	Koshinage	
	Aikiotoshi	
	Kotegaeshi	
	Iriminage	
	Shihonage	
- Chudantsuki	Kotegaeshi	
- Aihanmi Katatedori	Ikkyo (omote / ura)	
	Nikyo (omote / ura)	
	Sankyo (omote / ura)	
	Yonkyo (omote / ura)	
- Ushiro Ryotedori	Ikkyo (omote / ura)	
	Nikyo (omote / ura)	
	Sankyo (omote / ura)	
	Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Katateryotedori	Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Shomenuchi	Sankyo (omote)	
	Uchikaitensankyo (ura)	
- Aihanmi Katatedori	Sankyo (omote)	
	Uchikaitensankyo (ura)	
- Gyakuhanmi Katatedori	Sankyo (omote)	
	Uchikaitensankyo (ura)	
4. Hanmihantachi		
- Gyakuhanmi Katatedori	Shihonage	
- Katadori	Jyuwaza (mind. 3 Techniken)	
5. Bukiwaza		
- Ken	Suburi 1 -7	- Ichi no suburi
		- Ni no suburi
		- San no suburi
		- Yon no suburi
		- Go no suburi
		- Roku no suburi
		- Sichi no suburi
6. Suwariwaza		
- Ryotedori	Kokyuho	
7. Ritsurei	Uke / Sensei / Shomen	

Prüfung 2.Kyu

(min. 135 Lektionen)

1. Zarei	Shomen / Sensei / Uke	
2. Tachiwaza		
- Ki awase Shomenuchi	Ikkyo (omote / ura)	
	Nikyo (omote / ura)	
	Sankyo (omote / ura)	
	Yonkyo (omote / ura)	
- Yokomenuchi	Gokyo	
- Chudantsuki	Kotegaeshi	
	Hijikime osae	
	Udegarami	
	Kiriotoshi	
	Iriminage	
- Shomenuchi	Aikiotoshi	
	Nikyo (omote / ura)	
	Udegarami	
- Ushiro Ryotedori	Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
	Iriminage	
	Kotegaeshi	
	Shihonage	
	Jyujigarami	
	Ikkyo (omote / ura)	
	Nikyo (omote / ura)	
	Sankyo (omote / ura)	
	Yonkyo (omote / ura)	
- Katatedori	Koyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Ryotedori	Tenchinage	
	Koyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Yokomenuchi	Ikkyo (omote / ura)	
	Iriminage	
	Kotegaeshi	
	Uchikaitensankyo (ura)	
	Koyunage (Genkei + 2 Weitere)	
3. Bukiwaza		
- Jo	Suburi 1 -10	- Choku tsuki
		- Kaeshi tsuki
		- Ushiro tsuki
		- Tsuki gedan gaeshi
		- Tsuki jodan gaeshi
		- Shomen uchi komi
		- Renzoku uchi komi
		- Menuchi gedan gaeshi
		- Menuchi ushiro tsuki
		- Gyaku yokomen ushiro tsuki
4. Suwariwaza		
- Katadori	Jyuwaza (mind. 3 Techniken)	
- Ryotedori	Kokyuho	
5. Ritsurei	Uke / Sensei / Shomen	

Prüfung 1.Kyu

(min. 180 Lektionen)

1. Zarei	Shomen / Sensei / Uke	
2. Tachiwaza		
- Yokomenuchi	Ikkyo (omote / ura)	
	Nikyo (omote / ura)	
	Sankyo (omote / ura)	
	Yonkyo (omote / ura)	
	Gokyo	
	Iriminage	
	Kotegaeshi	
	Koshinage	
	Henkawaza (3 verschiedene Techniken)	
- Chudantsuki	Kotegaeshi	
	Hijikime osae	
	Kiriotoshi	
	Sotokaitennage	
	Udegarami	
- Ushiroryokatadori	Koshinage	
	Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Ushiroryotedori	Iriminage	
	Kotegaeshi	
	Shihonage	
	Jyujigarami	
- Katateryotedori	Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
- Ryotedori	Tenchinage	
	Kokyunage (Genkei + 2 Weitere)	
	Koshinage	
	Jyuwaza (mind. 3 Techniken)	
3. Bukiwaza		
- Ken	Ken awase (4)	- <i>Migi no awase</i>
		- <i>Hidari no awase</i>
		- <i>Go no awase</i>
		- <i>Sichi no awase</i>
4. Suwariwaza		
- Ryotedori	Kokyuho	
5. Ritsurei	Uke / Sensei / Shomen	