

合気道

Graderingsregler - kyu

審査

Graderingsregler

tillämpning

- God etikett ska visas under hela graderingstillfället. Det innebär även att man är ren, har ren keikogi, visar respekt för sin partner samt övriga personer i dojon.
- Teknikerna ska vara tydligt identifierbara.
- Tekniker utförs omväxlande på höger resp. vänster sida och i förekommande fall först omote sen ura tills annat sägs. Det ska tydligt gå att urskilja vad som är omote och ura.
- En korrekt teknik ska innehålla kamae, balansbrytning samt kast eller fasthållning. Beståndsdelarna ska logiskt hänga ihop.
- Teknikerna ska, när så är tillämpligt, kunna visas både statiskt (steg för steg) och i rörelse.
- Nage ska ej vara öppen för neddragningar eller kunna bli störd i sin teknik p.g.a. brister i hållning eller position.
- Fasthållningstekniker ska alltid avslutas med osae (lås) utom vid jiyuwaza.
- All användning av jo, bokken och tanto kräver stor koncentration. Detta måste framgå av utförandet.
- Med högre grader följer större säkerhet och högre energinivå i genomförandet.
- Hänsyn skall tas till individuella förutsättningar och skadestatus.

六級

6 kyu

minimum 20 träningspass

ukemi: mae, ushiro

shikko: mae

ikkyo undo: zengo, shiho (tachiwaza)

tai sabaki: irimi, tenkan, irimitenkan

uchikata: shomen, yokomen, tsuki

TACHIWAZA

ai-hanmi katatedori: ikkyo, iriminage, shihonage

katatedori: tai no tenkan, ikkyo, kokyunage

SUWARIWAZA

ryotedori: kokyū-ho

五級

5 kyu

minimum 30 träningspass

inkl. 6 kyu

ukemi: tobikoshi

shikko: ushiro, kaiten

ikkyo undo: zengo, shiho (tachiwaza, suwariwaza)

KEN

suburi no bu: tachiwaza

JO

tsuki no bu: kihon kamae

TACHIWAZA

katatedori: iriminage, kaitennage (uchi), shihonage

munadori: ikkyo, iriminage

shomen-uchi: ikkyo, nikyo, iriminage, shihonage

SUWARIWAZA

ryotedori: kokyū-ho

四級

4 kyu

minimum 40 träningspass efter 5 kyu

inkl. 5 kyu

ikkyo undo: happo (tachiwaza, suwariwaza)

KEN

kirikaeshi no bu: tachiwaza

JO

tsuki no bu, men no bu: kihon kamae

TACHIWAZA

katate ryotedori: iriminage, kokyuhō, kokyunage

katadori: ikkyo, nikyo

munadori: sankyo, yonkyo

shomen-uchi: sankyo, yonkyo, kaitennage (uchi), kotegaeshi

yokomen-uchi: iriminage, shihonage, kotegaeshi

SUWARIWAZA

shomen-uchi: ikkyo, nikyo, iriminage

ryotedori: kokyū-hō

参級

3 kyu

minimum 50 träningspass efter 4 kyu

inkl. 4 kyu

shikko: kaiten (2 sätt)

KEN

suburi no bu: tachiwaza, suwariwaza

kirikaeshi no bu: tachiwaza, suwariwaza

JO

tsuki no bu, men no bu, katate no bu: kihon kamae

TACHIWAZA

ryotedori: ikkyo t.o.m. yonkyo, iriminage, shihonage, tenchinage

shomen-uchi: ikkyo t.o.m. yonkyo, iriminage, kotegaeshi

tsuki: ikkyo t.o.m. yonkyo, iriminage, kotegaeshi, shihonage, kaitennage (uchi, soto)

yokomen-uchi: ikkyo t.o.m. yonkyo, kaitennage (uchi, soto)

HANMI HANDACHIWAZA

katatedori: shihonage

SUWARIWAZA

shomen-uchi: ikkyo t.o.m. yonkyo, kotegaeshi

katatedori: ikkyo t.o.m. yonkyo

ryotedori: kokyū-hō

貳 級

2 kyu

minimum 60 träningspass efter 3 kyu

inkl. 3 kyu

KEN

ashi no fumikae no bu: tachiwaza

tsuki no bu: tachiwaza, suwariwaza

JO

tsuki no bu, men no bu, katate no bu, hasso no bu: kihon kamae

TACHIWAZA

katatedori: kaitennage (uchi, soto), kotegaeshi

katadori: ikkyo t.o.m. yonkyo

katate ryotedori: iriminage (två sätt), kotegaeshi

ushiro ryotedori: ikkyo t.o.m. yonkyo, iriminage, kokyunage, kotegaeshi

ushiro katate kubijime: sankyonage

HANMI HANDACHIWAZA

katatedori: ikkyo t.o.m. yonkyo, kaitennage (uchi, soto)

ryotedori: shihonage

SUWARIWAZA

katadori: ikkyo t.o.m. yonkyo

yokomen-uchi: ikkyo t.o.m. yonkyo, kotegaeshi, iriminage

ryotedori: kokyu-ho

JIYUWAZA

katatedori

shomen-uchi

tsuki

壹級

1 kyu

minimum 70 träningspass efter 2 kyu

inkl. 2 kyu

KEN

Ken suburi: tachiwaza, suwariwaza

JO

20 jo suburi: kihon kamae

13 no jo: hidari hanmi

TACHIWAZA

katadori menuchi: ikkyo t.o.m. yonkyo, iriminage

ryotedori: kotegaeshi (två sätt)

shomen-uchi: kaitennage (soto)

yokomen-uchi: gokyo, kaitenosae (uchi, soto), udegarami, ikkyogaeshi, koshinage

ushiro ryotedori: shihonage, jujigarami

ushiro katate kubijime: ikkyo t.o.m. yonkyo, iriminage

ushiro ryohijidori: ikkyo, kotegaeshi

HANMI HANDACHIWAZA

shomen-uchi: ikkyo t.o.m. yonkyo, iriminage

SUWARIWAZA

tsuki: ikkyo t.o.m. yonkyo, kotegaeshi, iriminage

ryotedori: kokyu-ho

JIYUWAZA

katate ryotedori

ryotedori

yokomen uchi

剣

Ken

övningar med bokken

KEN SUBURI

suburi no bu	hanmi (migi/hidari)	zengo (migi/hidari)	shiho (migi/hidari)	happo (migi/hidari)	shikodachi
kirikaeshi no bu	hanmi (migi/hidari)	zengo (migi/hidari)	shiho (migi/hidari)	happo (migi/hidari)	shikodachi
ashi no fumikae no bu (kihon, tsuki)	mae suburi, kirikaeshi (migi/hidari)		ushiro suburi, kirikaeshi (migi/hidari)		
tsuki no bu (kihon, fumikomi)	hanmi (migi/hidari)	zengo (migi/hidari)	shiho (migi/hidari)	happo (migi/hidari)	

Alla övningar i hanmi, zengo, shiho och happo kan göras i såväl tachiwaza som suwariwaza, samt i rörelse framåt och bakåt (zengo no ido).

KEN AWASE 1-7

KI MUSUBI NO TACHI

KUMITACHI 1-5

KUMITACHI HENKA

ken no ri: ichi no ichi t.o.m. go no ni (10 variationer)

tai no ri: ichi no ichi t.o.m. go no ni (10 variationer)

状

Jo

övningar med jo

20 JO SUBURI

tsuki no bu:

chokuzuki

kaeshizuki

ushirozuki

tsuki gedangaeshi

tsuki jodangaeshi

men no bu:

shomen uchikomi

renzoku uchikomi

menuchi gedangaeshi

menuchi ushiro tsuki

gyaku yokomen ushiro tsuki

katate no bu:

katate gedangaeshi

katate tomauchi

katate hachinojigaeshi

hasso no bu:

hassogaeshi uchi

hassogaeshi tsuki

hassogaeshi ushiro tsuki

hassogaeshi ushiro uchi

hassogaeshi ushiro barai

nagare no bu:

hidari nagare kaeshi uchi

migi nagare kaeshi tsuki

JO KATA

13 no jo: migi, hidari, awase

22 no jo: migi, hidari

31 no jo: migi, hidari, awase

JO AWASE 1-8

KUMIJO 1-7

SHIN KUMIJO 1-10

KEN TAI JO 1-7



Ordlista och förklaringar

graderingsregler, kyu

happo: åtta riktningar

hidari: vänster

kaiten: samma som irimitenkan, d.v.s. rotation

kihon kamae: grundläggande ställning/position

mae: framåt

migi: höger

sayu kokyuhō undo: kokyuhō-övning från sida till sida

shiho: fyra riktningar

tobikoshi ukemi: höga fall

ushiro: bakåt

zagi: samma som suwariwaza

zengo: framåt och bakåt

zengo no ido: i rörelse framåt och bakåt