

# Aikido Meilen und Rapperswil-Jona

## Prüfungsprogramm – Kinder/Jugendtraining

<b>10. Kyu</b>		
mae ukemi irimi tenkan <u><b>Angriff</b></u> kiawase shomen uchi	yoko ukemi kaiten <u><b>Technik</b></u> ikkyo omote/ura	
<b>9. Kyu</b>		
mae ukemi irimi tenkan <u><b>Angriff</b></u> kiawase shomen uchi katatedori aihanmi katatedori gyakuhanmi	yoko ukemi kaiten <u><b>Technik</b></u> ikkyo omote/ura shihonage omote kokyunage (uchi kaiten/vorwärtsrollen)	ushiro ukemi
<b>8. Kyu</b>		
mae ukemi irimi tenkan (vier Richtungen) shikko (vorwärts) <u><b>Angriff</b></u> katatedori aihanmi katatedori aihanmi ryote dori	mae ukemi (abklopfen/stoppen) tsugi ashi (links/rechts) <u><b>Technik</b></u> shihonage omote/ura kotegaeshi tenchinage	
<b>7. Kyu</b>		
mae ukemi (übers Kreuz) kaiten (vier Richtungen) shikko (tenkan) <u><b>Angriff</b></u> katatedori aihanmi katatedori gyakuhanmi chudan tsuki	mae ukemi (fallen über Bock) tsugi ashi (links/rechts, vor-/rückwärts) <u><b>Technik</b></u> kotegaeshi iriminage ura kiriotoshi	

**kokyu ho** (kniend) als Abschluss jeder Prüfung  
 ab **6. Kyu** gilt das Prüfungsprogramm der Erwachsenen

November 2010