

RIKTLINJER FÖR GRADERING FÖR UNGA RIAI

PÅ RIAI AIKIDO DOJO

8 kyu (minst 10 träningspass) Bälte: grönt med vitt streck

Shikko

Framåtfall

Tai no henko

Morote-dori kokyu-ho

Shomen-uchi: ikkyo (omote-ura)

7 kyu (minst 10 träningspass) Bälte: blått med vitt streck

Framåtfall

Bakåtfall

Tai no henko

Morote-dori kokyu-ho

Shomen-uchi: ikkyo (omote-ura)

Morote-dori Kokyu-nage

6 kyu (minst 10 träningspass) Bälte: brunt med vitt streck

Tai no henko

Tai no henko ki no nagare

Morote-dori kokyu-ho

Shomen-uchi: ikkyo (omote-ura)

Munadori kotegaeshi ki no nagare

Suwariwaza Kokyu-ho

Morote-dori Kokyu-nage 3 olika

5 Kyu (minst 10 träningspass) Bälte: gult

Tai no henko ki no nagare

Katate-dori: ikkyo (omote-ura), shihonage (omote-ura)

Kata-dori nikkyo

Shomen-uchi: ikkyo (omote-ura), irimi-nage

Suwariwaza Kokyu-ho

5 valfria Kokyu-nage

4 kyu (minst 40 träningspass efter 5 kyu) Bälte: orange

Shomen-uchi: ikkyo–sankyo (omote-ura), kotegaeshi

Katate-dori kaiten-nage (uchi mawari)

Yokomen-uchi: ikkyo (omote), shiho-nage (omote) ki-no-nagare, kotegaeshi ki-no-nagare

Ryote-dori tenchinage

Kokyu-nage 10 valfria

3 kyu (minst 50 träningspass efter 4 kyu) Bälte: grönt

Tachiwaza

Shomen-uchi: ikkyo–yonkyo (omote-ura)

Yokomen-uchi gokkyo (ura)

Tsuki: ikkyo, kotegaeshi

Katate-dori: irimi-nage (jodan-chudan-gedan), kaiten-nage (soto mawari)

Ryotedori: koshinage, shihonage (omote-ura)

Ushiro ryote-dori: ikkyo, kotegaeshi

Kokyu-nage 15 valfria

Suwariwaza

Shomen-uchi: ikkyo–yonkyo (omote-ura)

Yokomen-uchi gokkyo (ura)

2 kyu (minst 50 träningspass efter 3 kyu) Bälte: blått

Yokomen-uchi: ikkyo–yonkyo (omote-ura), irimi-nage (kihon & ki-no-nagare)

Ushiro ryote-dori: ikkyo–sankyo, koshinage, jujigarami

Valfria kokyu-nage

Hanmi handachiwaza

Katate-dori/ryote-dori shihonage (omote)

1 kyu (minst 60 träningspass efter 2 kyu) Bälte: brunt

Morote-dori kokyu-ho 5 versioner

Ikkyo–yonkyo, shihonage, kotegaeshi, iriminage, koshinage, tenchinage, jujigarami

kaitennage i grundform, samtliga attacker.

Jiuwaza

Hanmi handachiwaza

Katate-dori: kaitennage (uchi/soto), shihonage (omote)

Ryote-dori shihonage (omote)

Shomen uchi: kotegaeshi, iriminage

Suwariwaza

Ikkyo–gokyo, samtliga attacker

Kokyuho 5 versioner

Är man med på läger räknas antalet pass man tränar på lägret. Är man lite sjuk eller skadad och kan komma och titta får man också ett kryss i pärmen under förutsättning att man är tyst och tittar aktivt under hela passet med avsikt att lära sig. Om man har pass ”över” från tidigare termin får man tillgodoräka sig dessa pass inför nästa gradering.

Det första bältet betalar man för. Därefter kan man

lösa in sitt gamla bälte mot ett nytt då man graderar sig utan att betala något extra (det går givetvis att köpa samtliga bälten om man så önskar).