

Aikidó

Požadavky:

Student prokáže praktickou znalost základních technik podle rozpisu. Předpokládá se znalost terminologie, základních principů a struktury technických prostředků (kušin, kuzuši, cukuri, gake/osae)

Útok	Obrana
Aihanmi katate dori Úchop souhlasnou rukou	Ikkjó (omote, ura) Ude gaeši Nikjó Irimi nage Sokumen irimi nage Kote gaeši (+ 2 způsoby otočení ukeho na zemi) Šihó nage
Gjakuhanmi katate dori Úchop nesouhlasnou rukou	Sokumen irimi nage Tenči nage Šihó nage
Šómen ate	Ikkjó (omote, ura) Ude gaeši Irimi nage (min. 2 formy) Sokumen irimi nage Aiki otoši Kote gaeši Šihó nage Kaiten nage
Kata dori	Nikjó
Hagai šime Objetí zepředu	Kaiten nage
Uširo rjote dori Úchop obou zápěstí zezeadu	Sankjó Kote gaeši
Uširo te kubi šime Zezadu držet ruku a škrtit	Sankjó (2x)
Uširo hagai šime Objetí zezeadu	Sankjó
Renraku waza (kombinace) z útoku šómen ate	Ikkjó (omote, ura) - Ude gaeši Ikkjó (ura) - Irimi nage Ikkjó (ura) - Kote gaeši Ikkjó (ura) - Sokumen irimi nage Ikkjó (ura) - Aiki otoši Irimi nage - Kote gaeši Irimi nage - Sokumen irimi nage Sokumen irimi nage - Aiki otoši Šihó nage - Sokumen irimi nage Šihó nage - Irimi nage