



PROGRAM POLAGANJA

za starije od 15 godina

6.KYU

Neophodan uslov za polaganje ispita: minimum tri meseca vežbanja.

Aikitaiso (aikido gimnastika)

Ukemi (padovi)

Taisabaki (kretanje)

Tachiwaza:

Katatetori Aihanmi: Iriminage
Katatetori Aihanmi: Kotegaeshi
Katatetori Aihanmi: Ikkyo (omote i ura)
Katatetori Aihanmi: Shikonage (omote i ura)
Katatetori Aihanmi: Uchikaitensankyo (omote)

5.KYU

Neophodan uslov za polaganje ispita: minimum šest meseca vežbanja nakon ispita za šesti kyu.

Shikko

Tachiwaza:

Shomenuchi: Ikkyo (omote i ura)
Shomenuchi: Nikyo (omote i ura)
Shomenuchi: Kotegaeshi
Katatetori: Shikonage (omote i ura)
Katatetori: Ikkyo (omote i ura)
Katatetori: Udekimenage (irimi i tenkan)
Katatori: Ikkyo (omote i ura)
Gedantsuki: Nikyo

Suwariwaza:

Shomenuchi: Ikkyo (omote i ura)
Katatori: Ikkyo (omote i ura)
Ryotetori: Kokyu Ho

4.KYU

Neophodan uslov za polaganje ispita: minimum šest meseca vežbanja nakon ispita za peti kyu.

Tachiwaza:

Katatetori: Tenchinage
Katatetori: Nikyo (omote i ura)
Ryotetori: Iriminage
Ryotetori: Shihonage (omote i ura)
Ryotetori: Tenchinage
Ryotetori: Udekimenage
Ryotetori: Ikkyo (omote i ura)
Ryotetori: Kokyunage
Katateryotetori: Kokyunage
Shomenuchi: Sankyo (omote i ura)
Yokomenuchi: Shikonage (omote i ura)
Yokomenuchi: Iriminage
Yokomenuchi: Kotegaeshi
Yokomenuchi: Udekimenage (omote i ura)
Chudantsuki: Iriminage
Chudantsuki: Kotegaeshi
Chudantsuki: Udekimenage
Chudantsuki: Uchikaitensankyo
Yodantsuki: Ikkyo (omote i ura)

Suwariwaza:

Shomenuchi: Nikyo (omote i ura)
Shomenuchi: Iriminage
Katatori: Nikyo (omote i ura)

Atemiwaza:

Tsuki (Gedan, Chudan, Yodan), Shomenuchi,
Yokomenuchi, Maegeri, Mawashigeri, Yokogeri

*** Podrazumeva se da se na polaganju za neki stariji pojas mora znati sve iz programa za predhodni pojas

3.KYU

Neophodan uslov za polaganje ispita: minimum šest meseca vežbanja nakon ispita za četvrti kyu.

Tachiwaza:

Katatetori: Uchikaitennage
Katatetori: Sankyo (omote i ura)
Katatetori: Yonkyo (omote i ura)
Kataryotetori: Ikkyo (omote i ura)
Katateryotetori: Kotegaeshi
Ryotetori: Kotegaeshi
Ryotetori: Kokyunage
Shomenuchi: Yonkyo (omote i ura)
Shomenuchi: Gokyo (omote i ura)
Yokomenuchi: Ikkyo (omote i ura)
Yokomenuchi: Uchikaitensankyo (omote i ura)
Yokomenuchi: Tenchinage
Chudantsuki: Sankyo (omote i ura)
Chudantsuki: Hijikimeosae
Chudantsuki: Sotokaitennage
Shomenuchi: Jiyuwaza (izbegavanje)

Ushirowaza:

Ryotetori: Ikkyo (omote i ura)
Ryotetori: Nikyo (omote i ura)
Ryotetori: Sankyo (omote i ura)
Ryotetori: Hijikimeosae
Ryotetori: Kotegaeshi
Ryotetori: Shihonage
Ryotetori: Iriminage

Suwariwaza:

Shomenuchi: Kotegaeshi
Shomenuchi: Sankyo (omote i ura)
Katatori: Nikyo (omote i ura)
Katatori: Sankyo (omote i ura)

Atemiwaza:

Svi udarci

2.KYU

Neophodan uslov za polaganje ispita: minimum šest meseca vežbanja nakon ispita za treći kyu.

Tachiwaza:

Shomenuchi: Jiyuwaza
Yokomenuchi: Nikyo (omote i ura)
Yokomenuchi: Sankyo (omote i ura)
Yokomenuchi: Yonkyo (omote i ura)
Yokomenuchi: Gokyo
Katateryotetori: Iriminage
Katatori Menuchi: Ikkyo (omote i ura)
Katatori Menuchi: Shihonage (omote i ura)
Katatori Menuchi: Kotegaeshi
Katatori Menuchi: Iriminage
Katatori Menuchi: Koshinage
Munetori: Ikkyo (omote i ura)
Munetori: Sankyo (omote i ura)
Munetori: Shihonage
Jodantsuki: Nikyo (omote i ura)
Jodantsuki: Sankyo (omote i ura)
Maegeri: Iriminage

Ushirowaza:

Ryokatatori: Ikkyo (omote i ura)
Ryokatatori: Nikyo (omote i ura)
Ryokatatori: Sankyo (omote i ura)
Ryokatatori: Iriminage
Ryokatatori: Kotegaeshi
Ryokatatori: Shihonage
Ryotetori: Sumiotoshi
Katatetori Kubishime: Ikkyo (omote i ura)
Eritori: Ikkyo (omote i ura)

Suwariwaza:

Shomenuchi: Yonkyo (omote i ura)
Shomenuchi: Sotokaitennage
Ryokatatori: Ikkyo (omote i ura)
Chudantsuki: Kotegaeshi
Jodantsuki: Ikkyo (omote i ura)

1.KYU

Neophodan uslov za polaganje ispita: minimum 160 treninga i deset meseci vežbanja nakon ispita za drugi kyu.

Tachiwaza:

Munetori Menuchi: Ikkyo (omote i ura)
Munetori Menuchi: Nikyo (omote i ura)
Munetori Menuchi: Sankyo (omote i ura)
Munetori Menuchi: Koshinage
Jodantsuki: Yonkyo (omote i ura)
Jodantsuki: Iriminage
Jodantsuki: Shihonage (omote i ura)
Jodantsuki: Sotokaitennage
Jodantsuki: Ushirokiritoshi
Jodantsuki: Koshinage
Yokomenuchi: Jiyuwaza
Chudantsuki: Jiyuwaza
Maegeri: Jiyuwaza

Ushirowaza:

Ryotetori: Yonkyo (omote i ura)
Ryotetori: Kokyunage
Ryotetori: Koshinage
Katatetori Kubishime: Sankyo
Katatetori Kubishime: Hijikimeosae
Eritori: Ikkyo (omote i ura)
Eritori: Sankyo (omote i ura)
Eritori: Koshinage

Suwariwaza:

Shomenuchi: Jiyuwaza
Ryokatatori: Sankyo (omote i ura)
Ryokatatori: Yonkyo (omote i ura)
Katatori Menuchi: Iriminage
Katatori Menuchi: Kotegaeshi
Katatori Menuchi: Kokyunage

Hanmihantachiwaza:

Katatetori: Ikkyo (omote i ura)
Katatetori: Shihonage (omote i ura)
Katatetori: Uchikaitennage
Ryotetori: Shihonage (omote i ura)



1.DAN (crni pojas)

Neophodan uslov za polaganje ispita: minimum 16 godina starosti, 240 treninga i 12 meseci vežbanja nakon ispita za prvi kyu.

Osnovne tehnike

Tachiwaza

Hanmihantachiwaza

Suwariwaza

Ushirowaza

Varijacije osnovnih tehnika

Tantodori

Aikido klub "SAMURAJ"
(Goran Šturanović)
Jurija Gagarina 193/53
11174 Novi Beograd

<http://www.aikidoklubsamuraj.org>
E-mail: dejansamuraj@gmail.com
Tel: (011) 172-076, 162-515