



## Aikidoklubi AGATSU Eksaminõuded

### 6.KYŪ (rokkyū) 六級

*Algkursuse tasand.*

*Ette loetud tehnikad sooritatakse ainult algtehnikatena (kihon-waza). Tähtis on asendite, tehnikate vormi sooritamise ja uke'ks olemise oskus. Tehnika sooritus peab olema rahulik ja soorituslaad kata pärane.*

*Peab tundma dojo-reiho't (kummardused:kuhu, miks ja millal, ehk etikett).*

**KAMAE** 構え

**HIDARI KAMAE** 左構え ja **MIGI KAMAE** 右構え

**TAI SABAKI** 体捌き

**AI-HANMI** 相半身 ja **GYAKU-HANMI** 逆半身

**TENKAN** 転換

**TENKAI** 転回

**IRIMI-TENKAN** 入り身転換

**ASHI SABAKI** 足捌き

**AYUMI ASHI** 歩み足

(*mae* 前, *ushiro* 後ろ)

**TSUGI ASHI** 次足

(*mae* 前, *ushiro* 後ろ)

**UKEMI WAZA** 受身技

**MAE UKEMI** 前受身

**USHIRO UKEMI** 後ろ受身

**TACHI WAZA** 立ち技

**AI-HANMI KATATE-DORI** 相半身片手取り

**IKKYŌ** 一教

(*omote* 表, *ura* 裏)

**IRIMI-NAGE** 入り身投げ

(*ura* 裏)

**KOTE-GAESHI** 小手返し

(*nikyō* 袷袢)

**SHIHŌ-NAGE** 四方投げ

(*omote* 表, *ura* 裏)

**SHŌMEN-UCHI** 正面打ち

**UCHI-KAITEN-NAGE** 内回転投げ

(*omote* 表, *ura* 裏)

**SUWARI WAZA** 座り技

**IRIMI-NAGE** 入り身投げ

(*ura* 裏)

**SHIKKŌ** 膝行

**MAE** 前

**USHIRO** 後ろ

**RYŌTE-DORI** 両手取り

**IRIMI-TENKAN** 入り身転換

**KOKYŪ-HŌ** 呼吸法

