

SKÚŠKY DETI 12. až 7.KYU

www.musubiacademy.sk



MUSUBI ACADEMY
VIAC NEŽ AIKIDO

12. KYU

Poznámky:

TEÓRIA		Etiketa v Dójó	Správanie sa, príchod, odchod...
ASHI SABAKI (Kroky)	1	Irimi (Maeashi/Ushiroashi)	Vykročenie (prednou/zadnou) nohou
	2	Kaiten	Otočenie (rotácia) tela na mieste
TAI SABAKI (Pohyb celého tela)	3	Irimi Tenkan	Vykročenie zadnou nohou dopredu + otočenie zadnou nohou
TE SABAKI (Pohyb rúk)	4	Ikkyó Undó	
SUWARI WAZA (Techniky sedenia)	5	Seiza, Anza	Sed na kolenách a turecký sed
UKEMI (Techniky pádu)	6	Mae Kaiten Ukemi č.1	Kotúl dopredu z kolena
	7	Ushiro Ukemi	Kotúl dozadu bez pretočenia
TACHI WAZA (Technika v stoji)			
Katatetori Aihanmi (Útok)		8 Ikkyó	Technika

11. KYU

Poznámky:

TEÓRIA		Keikogi a Obi	Správne uviazanie opasku a založenie Keikogi
ASHI SABAKI (Kroky)	1	Irimi (Maeashi/Ushiroashi)	Vykročenie (prednou/zadnou) nohou
	2	Ushiroashi Tenkan	Otočenie pomocou pohybu zadnej nohy
TAI SABAKI (Pohyb celého tela)	3	Irimi Tenkan	Vykročenie zadnou nohou dopredu + otočenie zadnou nohou
TE SABAKI (Pohyb rúk)	4	Kiawase Shómenuchi	
SUWARI WAZA (Techniky sedenia)	5	Shikkó (Mae)	Chôdza na kolenách vpred
UKEMI (Techniky pádu)	6	Mae Kaiten Ukemi, Ushiro Kaiten Ukemi	Kotúl dopredu z kolena a kotúl dozadu s pretočením
	7	Yoko Ukemi	Kotúl doboku
TACHI WAZA (Technika v stoji)			
Shómenuchi Kiawase		8 Kotegaeshi	Technika
			Plus kandidát vie Ikkyó Ura + Omote (z predošlého technického stupňa)

10. KYU			Poznámky:
TEÓRIA		Ó-Sensei	Zakladateľ Aikida
ASHI SABAKI (Kroky)	1	Irimi (Maeashi/Ushiroashi)	Vykročenie (prednou/zadnou) nohou
	2	Tenshin (Maeashi/Ushiroashi)	Zmena pozície prednou/zadnou nohou
TAI SABAKI (Pohyb celého tela)	3	Irimi Tenkan	Vykročenie zadnou nohou dopredu + otočenie zadnou nohou
TE SABAKI (Pohyb rúk)	4	Yó/In no Te Kokyú / Aun no Kokyú	
SUWARI WAZA (Techniky sedenia)	5	Shikkó (Mae/Ushiro)	Chôdza na kolenách vpred/vzad
UKEMI (Techniky pádu)	6	Mae Kaiten Ukemi, Ushiro Kaiten Ukemi	Kotúl dopredu z kolena a kotúl dozadu s pretočením (zo stoja)
	7	Yoko Ukemi	Kotúl doboku (zo stoja)
TACHI WAZA (Technika v stoji)			
Shómenuchi Kiawase		8 Iriminage	Technika
			Plus kandidát vie techniky z predošlých tech. stupňov.

9. KYU			Poznámky:
TEÓRIA		Zbrane v Aikidó	
ASHI SABAKI (Kroky)	1	Tenkan (Maeashi/Ushiroashi)	
TAI SABAKI (Pohyb celého tela)	2	Irimi Tenkan	
	3	Tenkan Kaiten	
TE SABAKI (Pohyb rúk)	4	Shihógiri	
	5	Ki Musubi no Te Kokyú	
SUWARI WAZA (Techniky sedenia)	6	Shikkó (Irimi Tenkan)	Chôdza na kolenách vpred/vzad
UKEMI (Techniky pádu)	6	Mae Kaiten Ukemi, Ushiro Kaiten Ukemi	Kotúl dopredu z kolena a kotúl dozadu s pretočením (zo stoja variácie)
	7	Yoko Ukemi	Kotúl doboku (zo stoja)
TACHI WAZA (Technika v stoji)			
Katatetori Gyakuhanmi (Útok)		8 Shihónage	Technika
			Plus kandidát vie techniky z predošlých tech. stupňov.

8. KYU		Poznámky:	
TEÓRIA		Dojó	
ASHI SABAKI (Kroky)	1	Irimi (Maeashi/Ushiroashi)	
TAI SABAKI (Pohyb celého tela)	2	Irimi Tenkan Tensin	
	3	Maeashi Irimi Tenkan	
TE SABAKI (Pohyb rúk)	4	Irimi Tenkan	(Aiki, Aikijó, Aikiken)
	5	Torifune Undó	
SUWARI WAZA (Techniky sedenia)	6	Shikkó (Irimi Tenkan)	Chôdza na kolenách vpred/vzad
UKEMI (Techniky pádu)	6	Mae Kaiten Ukemi, Ushiro Kaiten Ukemi	Kotúl dopredu z kolena a kotúl dozadu s pretočením (práca vo dvojiciach)
SUWARI WAZA	7	Kokyú Hó	technika v sede, dôraz na správnu prácu s dychom
TACHI WAZA (Technika v stojí)			
Ryótetori		8 Tenchinage	Technika
			Plus kandidát vie techniky z predošlých tech. stupňov.

7. KYU		Poznámky:	
TEÓRIA		Línia Aikidó	rodina Ueshiba- Ikeda Sensei- Quaranta Sensei
ASHI SABAKI (Kroky)	1	Tenshin (Maeashi/Ushiroashi)	
TAI SABAKI (Pohyb celého tela)	2	Irimi Tenkan Tenshin/Tenkan Tenshin	
	3	Ushiroashi Irimi Tenkan/Maeashi Irimi Tenkan	
TE SABAKI (Pohyb rúk)	4	Tai no Henkó	Katatetori Gyakuhanmi
UKEMI (Techniky pádu)	5	Sonoba Kaiten Ukemi (Tobiko Ukemi)	
SUWARI WAZA			
Shómenuchi Kiawase	6	Ikkyó	
TACHI WAZA (Technika v stojí)			
Ryótetori		7 Genkeikokyúnage	Technika
Shómenuchi Kiawase		8 Ikkyó Ura	Kakarigeiko (2 Uke)

**Plus kandidát vie techniky z
predošlých tech. stupňov.**