Prüfungsprogramm 3. KYU
O-Shihan Masatomi Ikeda, 23.10.1999
Shihan Constantin Kitzu, 10 Dan

AIKIZENDO

3. KYU

Angriff		Technik	Erläuterungen
SUWARIWAZA			
Shomenuchi Kiawase	1	Ikkyo Omote/Ura	
	2	Nikyo Omote/Ura	Ura mit Hijikime Osae
	3	Iriminage	bis Osae
Katatetori Gyakuhanmi	4	Shihonage	Hanmi Hantachi
TACHIWAZA			
Shomenuchi Kiawase	5	Iriminage	Irimi Tenkan Sabaki
	6	Kotegaeshi	Irimi Tenkan Sabaki, ohne Osae
	7	Sumiotoshi	Irimi Tenkan Sabaki
	8	Aikigoshi	Irimi Tenkan Sabaki
	9	Shihonage	Mae ashi Irimi Tenkan Sabaki
	10	Udekimenage	Mae ashi Irimi Tenkan Sabaki
	11	Uchikaitennage	Irimi Tenkan Sabaki
	12	Ikkyo Ura	Kakarigeiko (3 Uke)
Katatetori Aihanmi	13	Ikkyo Omote/Ura	
	14	Nikyo Omote/Ura	Ura: Irimi Tenkan Sabaki, mit Osae, 2 x Schneidebewegung
	15	Sankyo Omote/Ura	
	16	Shihonage	Irimi Tenkan Tenshin Sabaki, ohne Osae
	17	Uchikaitensankyo	Irimi Tenkan Sabaki
Katatetori Gyakuhanmi	18	Uchikaitensankyo	Tenkan Sabaki
Ryotetori	19	Shihogirikokyunage	Irimi Tenkan Sabaki
	20	Torifunekokyunage	Irimi Tenkan Sabaki
Katate Ryotetori	21	Genkeikokyunage	Tanren Tenkan Sabaki, 2 Variationen
	22	Kiriotoshi	Kigata Irimi Tenkan Sabaki, Uke lässt sich nicht fassen
	23	Maeotoshi	Tenkan Sabaki
	24	Hikiotoshi	Irimi Sabaki
	25	Kotegaeshi	Kigata Irimi Tenkan Sabaki, Uke lässt sich nicht fassen
Ushiro Ryotetori	26	Tenchinage	Mae ashi Tenshin / Mae ashi Irimi Technik auf erste Hand
	27	Genkeikokyunage	Mae ashi Tenshin / Mae ashi Irimi Technik auf zweiter Hand
Katatori Menuchi	28	Iriminage	Tenkan Irimi Sabaki, Uchinote
	29	Ikkyo	Tenkan Irimi Sabaki, Uchinote
Yokomenuchi	30	Kotegaeshi	Ushiro ashi Irimi Tenkan, Kirioroshi, Sankakutai
	31	Ikkyo	
	32	Ipponseoinage	