



## Aikidoschool Hans Sonnemans 2<sup>e</sup> kyu Kyuexamenformulier

Naam:

Datum:

Techniek	V	O	Opmerkingen
<b>Tachi waza:</b>			<b>Uke en Tori staan beiden</b>
Yokomen Uchi Nikyo			
Yokomen Uchi Sankyo			
Yokomen Uchi Yonkyo			
Yokomen Uchi Gokyo			
Yokomen Uchi Koshi Nage			
Muna Dori Ikkyo			
Muna Dori Shiho Nage			
Muna Dori Uchi Kaiten Sankyo			
Katadori Men Uchi Shiho Nage			
Katadori Men Uchi Kote Gaeshi			
Katadori Men Uchi Irimi Nage			
Katadori Men Uchi Koshi Nage			
Katadori Men Uchi Ikkyo			
Jodan Tsuki Nikyo			
Jodan Tsuki Sankyo			
Maegeri Irimi Nage			

<b>Ushiro Waza</b>			<b>Technieken komend van achteren</b>
Eridori Ikkyo			
Ryokatadori Ikkyo			
Ryokatadori Nikyo			
Ryokatadori Sankyo			
Ryokatadori Irimi Nage			
Ryokatadori Kote Gaeshi			
Ryohijidori Kote Gaeshi			
Ryohijidori irimi nage			
Katatedori kubishime ikkyo			
<b>Suwari Waza</b>			<b>Uke en Tori beiden op knieen</b>
Shomen Uchi Yonkyo			
Shomen Uchi sotokaitennage			
Ryokatadori ikkyo			
Chudan tsuki Kote gaeshi			
Jodan Tsuki Ikkyo			
Alles omote en ura			
Tevens alles van 6 <sup>e</sup> en 5 <sup>e</sup> en 4 <sup>e</sup> en 3 <sup>e</sup> kyu			

Examinator:

Geslaagd/niet geslaagd.

**Er dient ook een jo kata te worden uitgevoerd. Mogelijk ook een Jo suburi en of Bokken suburi.**

Bij het betreden van de mat met de wapens groet je eerst met het wapen richting Kamiza of Shomen. Dit doe je door het wapen met licht gebogen armen op schouderhoogte voor je te houden. Er zijn 2 correcte vormen:

Eerste vorm: men laat het handvat van de katana naar rechts gaan, de snijkant naar buiten.

Tweede vorm: men houdt het handvat naar links en men draait de snijkant naar zich toe.

Wanneer je de mat oploopt met de bokken houd je die in je rechterhand met de punt naar beneden en de snijkant van je af of links in je obi met de snijkant naar boven.

De tanto kun je na het groeten tussen je obi steken. Na een ontwapening geef je het wapen op een correcte manier terug aan je partner.

Bij aanvang van de les of tijdens uitleg tussen de oefeningen leg je de bokken rechts naast je neer met de snijkant naar je toe. De kashira ligt daarbij ter hoogte van je knieën. De Jo leg je links naast je neer ook met het uiteinde ter hoogte van je knieën.

De oefenwapens dienen te worden behandeld als echte wapens. Ook tijdens het oefenen bv niet met de handen de snijkant van bokken of tanto vastpakken

Jo= houten stok ,Bokken= houten oefenzwaard, Tanto= houten mes