

ЗДРУЖЕНИЕ ЗА ИЗУЧУВАЊЕ И ПРОМОЦИЈА НА ЈАПОНСКА БОРЕЧКА ВЕШТИНА АИКИДО
АИКИДО КЛУБ "АГАТСУ" КУМАНОВО

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

НА УЧЕНИЧКИ И ВИШИ СТЕПЕНИ

НОЕМВРИ 2010

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

ПРОГРАМА ЗА ПОЛАГАЊЕ НА УЧЕНИЧКИ СТЕПЕНИ

Основната програма за полагање според која се оджуваат испитите за ученичките степени е според, програма на Српска Аикидо Федерација (САФ). Програма е врз база на систем за полагање на Sensei Hiroshi Tada, со минимална систематизација и модификација од страна на техничката комисија на Српска Аикидо Федерација. Програма е во склад со правилникот на Aikikai Nambu Dojo.

Долунаведената табела ги сочинува сите основни ученички степени како и потребното време за совладување на секој степен, но секој степен бара исто така исполнување на одредени норми и согласност од инструкторот.

Степен	Потребни тренинзи	Семинари	Потребно време
6 KYU	35	/	3 Месеци
5 KYU	+60	1 Семинар	+5 Месеци вежбање
4 KYU	+70	1 Семинар	+6 Месеци вежбање
3 KYU	+70	1 Семинар	+6 Месеци вежбање
2 KYU	+70	1 Семинар	+6 Месеци вежбање
1 KYU	+110	1 Семинар	+9 Месеци вежбање

Rokkyu (6 KYU)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум реализирани 35 тренинзи, три месеци вежбање и согласност од инструкторот за да се излезе на полагање.

- ❖ Aikitaiso
- ❖ Ukemi
- ❖ Taisabaki

Tachiwaza:		
Katatetori Aihanmi:	Iriminage	(omote i ura)
Katatetori Aihanmi:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Katatetori Aihanmi:	Ikkyo	(omote i ura)
Katatetori Aihanmi:	Shihonage	(omote i ura)

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

Gokyu (5 KYU)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум реализирани 60 тренинзи, пет месеци вежбање од последниот испит, еден семинар и согласност од инструкторот за да се излезе на полагање.

- ❖ Aikitaiso
- ❖ Ukemi
- ❖ Taisabaki
- ❖ Shikko

Tachiwaza:		
Shomenuchi:	Ikkyo	(omote i ura)
Shomenuchi:	Nikyo	(omote i ura)
Shomenuchi:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Katatetori Gyakuhanmi:	Shihonage	(omote i ura)
Katatetori Gyakuhanmi:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Katatetori Gyakuhanmi:	Ikkyo	(omote i ura)
Katatetori Gyakuhanmi:	Udekimenage	(omote i ura)
Katatori:	Ikkyo	(omote i ura)
Suwariwaza:		
Shomenuchi:	Ikkyo	(omote i ura)
Katatori:	Ikkyo	(omote i ura)
Ryotetori:	Kokyu Ho	

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

Yonkyu (4 KYU)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум реализирани 70 тренинзи, шест месеци вежбање, еден семинар од последниот испит и согласност од инструкторот за да се излезе на полагање.

Tachiwaza:		
Katatetori Gyakuhanmi:	Tenchinage	(irimi i tenkan)
Katatetori Gyakuhanmi:	Nikyo	(omote i ura)
Ryotetori:	Iriminage	(omote i ura)
Ryotetori:	Shihonage	(omote i ura)
Ryotetori:	Tenchinage	(irimi i tenkan)
Ryotetori:	Udekimenage	(omote i ura)
Ryotetori:	Ikkyo	(omote i ura)
Ryotetori:	Kokyunage	(omote i ura)
Shomenuchi:	Sankyo	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Shihonage	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Iriminage	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Udekimenage	(omote i ura)
Chudantsuki:	Iriminage	(omote i ura)
Chudantsuki:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Chudantsuki:	Udekimenage	(omote i ura)
Chudantsuki:	Uchikaitensankyo	(omote i ura)
Jodantsuki:	Ikkyo	(omote i ura)
Suwariwaza:		
Shomenuchi:	Nikyo	(omote i ura)
Shomenuchi:	Iriminage	(omote i ura)
Katatori:	Nikyo	(omote i ura)

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

Sankyu (3 KYU)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум реализирани 70 тренинзи, шест месеци вежбање, еден семинар од последниот испит и согласност од инструкторот за да се излезе на полагање.

Tachiwaza:		
Katatetori Gyakuhanmi:	Uchikaitennage	(omote i ura)
Katatetori Gyakuhanmi:	Sankyo	(omote i ura)
Katatetori Gyakuhanmi:	Jonkyo	(omote i ura)
Katateriyotetori:	Ikkyo	(omote i ura)
Katateriyotetori:	Nikyo	(omote i ura)
Katateriyotetori:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Ryotetori:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Shomenuchi:	Yonkyo	(omote i ura)
Katateriyotetori:	Kokyunage	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Ikkyo	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Uchikaitensankyo	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Tenchinage	(irimi)
Chudantsuki:	Sankyo	(omote i ura)
Chudantsuki:	Hijikimeosae	(omote i ura)
Chudantsuki:	Sotokaitennage	(omote i ura)
Ushiwaza:		
Ryotetori:	Ikkyo	(omote i ura)
Ryotetori:	Nikyo	(omote i ura)
Ryotetori:	Sankyo	(omote i ura)
Ryotetori:	Hijikimeosae	(omote i ura)
Ryotetori:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Ryotetori:	Shihonage	(omote i ura)
Ryotetori:	Iriminage	(omote i ura)
Suwariwaza:		
Shomenuchi:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Shomenuchi:	Sankyo	(omote i ura)
Shomenuchi:	Iriminage	(omote i ura)
Katatori:	Sankyo	(omote i ura)

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

Nikkyu (2 KYU)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум реализирани 70 тренинзи, шест месеци вежбање, еден семинар од последниот испит и согласност од инструкторот за да се излезе на полагање.

Tachiwaza:		
Shomenuchi:	Jiyuwaza	
Yokomenuchi:	Nikyo	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Sankyo	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Yonkyo	(omote i ura)
Katateriyotetori:	Iriminage	(omote i ura)
Katatori Menuchi:	Ikkyo	(omote i ura)
Katatori Menuchi:	Shihonage	(omote)
Katatori Menuchi:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Katatori Menuchi:	Iriminage	(omote i ura)
Katatori Menuchi:	Koshinage	(omote)
Munetori:	Ikkyo	(omote i ura)
Munetori:	Sankyo	(omote i ura)
Jodantsuki:	Nikyo	(omote i ura)
Jodantsuki:	Sankyo	(omote i ura)
Ushirowaza:		
Ryokatatori:	Ikkyo	(omote i ura)
Ryokatatori:	Nikyo	(omote i ura)
Ryokatatori:	Sankyo	(omote i ura)
Ryokatatori:	Iriminage	(omote i ura)
Ryokatatori:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Ryohijitori:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Ryohijitori:	Iriminage	(omote i ura)
Katatetori Kubishime:	Ikkyo	(omote i ura)
Suwariwaza:		
Shomenuchi:	Yonkyo	(omote i ura)
Shomenuchi:	Sotokaitennage	(omote i ura)
Ryokatatori:	Ikkyo	(omote i ura)
Chudantsuki:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Jodantsuki:	Ikkyo	(omote i ura)

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

Ikkyu (1 KYU)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум реализирани 110 тренинзи, девет месеци вежбање, еден семинар од последниот испит и согласност од инструкторот за да се излезе на полагање.

Tachiwaza:		
Munetori Menuchi:	Ikkyo	(omote i ura)
Munetori Menuchi:	Nikyo	(omote i ura)
Munetori Menuchi:	Sankyo	(omote i ura)
Munetori Menuchi:	Koshinage	(omote)
Jodantsuki:	Yonkyo	(omote i ura)
Jodantsuki:	Iriminage	(omote i ura)
Jodantsuki:	Shihonage	(omote i ura)
Jodantsuki:	Sotokaitennage	(omote i ura)
Jodantsuki:	Ushirokiriotoshi	(irimi)
Jodantsuki:	Koshinage	(omote i ura)
Yokomenuchi:	Jiyuwaza	
Chudantsuki:	Jiyuwaza	
Ushirowaza:		
Ryotetori:	Jiyuwaza	
Ryotetori:	Yonkyo	(omote i ura)
Ryotetori:	Kokyunage	(omote i ura)
Ryotetori:	Koshinage	(irimi)
Katatetori Kubishime:	Sankyo	(omote i ura)
Katatetori Kubishime:	Hijikimeosae	(omote i ura)
Suwariwaza:		
Shomenuchi:	Jiyuwaza	
Ryokatatori:	Sankyo	(omote i ura)
Ryokatatori:	Yonkyo	(omote i ura)
Katatori Menuchi:	Iriminage	(omote i ura)
Katatori Menuchi:	Kotegaeshi	(omote i ura)
Katatori Menuchi:	Kokyunage	(ura)
Hanmihantachiwaza:		
Katatetori:	Ikkyo	(omote i ura)
Katatetori:	Shihonage	(omote i ura)
Katatetori:	Uchikaitennage	(omote i ura)
Ryotetori:	Shihonage	(omote i ura)

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

ПРОГРАМА ЗА ПОЛАГАЊЕ НА ВИШИ СТЕПЕНИ

Основната програма за полагање според која се оджуваат испитите за ученичките степени е според , програма на Српска Аикидо Федерација (САФ). Програма е врз база на систем за полагање на Sensei Hiroshi Tada, со минимална систематизација и модификација од страна на техничката комисија на Српска Аикидо Федерација. Програма е во склад со правилникот на Aikikai Nombu Dojo.

Долунаведената табела ги сочинува сите виши степени како и потребното време за совладување на секој степен, но секој степен бара исто така исполнување на одредени норми и согласност од инструкторот или техничката комисија.

Степен	Потребни тренинзи	Потребно време
1 DAN	160	1 Година
2 DAN	Активно вежбање	+2 Години
3 DAN	Активно вежбање	+3 Години
4 DAN	Активно вежбање	+4 Години

Shodan (1 DAN)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум реализирани 160 тренинзи, дванаесет месеци вежбање, два семинари од последниот испит, 14 години старост и согласност од инструкторот за да се излезе на полагање.

1. Сите основни техники наведени во програмот за полагање за ученичките степен (од 6. KYU до 1. KYU)

2. Tantodori:

Chudantsuki: Gokyo

Chudantsuki: Kotegaeshi

Chudantsuki: Shihonage

Chudantsuki: Sankyo

Chudantsuki: Ushirokubishime

3. Aiki Jo

20 Suburi

1,2,3 Kumi Jo

3. Aiki Ken

7 Suburi

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

Nidan (2 DAN)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум две години активно вежбање, четири семинари од последниот испит и согласност од инструкторот или техничката комисија за да се излезе на полагање.

1. Сите основни техники наведени во програмот за полагање за ученичките степени (од 6. KYU до 1. KYU) и варијации на основните техники.

2. Tantodori:

Shomenuchi: Слободен избор на техника

Yokomenuchi: Слободен избор на техника

Chudantsuki: Слободен избор на техника

Jodantsuki: Слободен избор на техника

3. Aiki Jo

Kata 31

1,2,3,4,5,6,7 Kumijo

3. Aiki Ken

1,2,3,4,5 Kunitachi

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

Sandan (3 DAN)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум три години активно вежбање, шест семинари од последниот испит и согласност од инструкторот или техничката комисија за да се излезе на полагање.

1. Сите основни техники наведени во програмот за полагање за ученичките степени (од 6. KYU до 1. KYU) и варијации на основните техники.

2. Tantodori:

Слободен напад: Слободен избор на техника

3. Aiki Jo

20 Suburi

Kata 31

1,2,3,4,5,6,7 Kumijo

Chokutsuki Jodori (Слободен избор на техника)

3. Aiki Ken

7 Suburi

1,2,3,4,5 Kunitachi

Kimusubinotachi

Shomenuchi Tachidori (Слободен избор на техника)

ПРОГРАМ ЗА ПОЛАГАЊЕ

Yondan (4 DAN)

Неопходен услов за полагање на испитот е: минимум четири години активно вежбање, осум семинари од последниот испит и согласност од техничката комисија за да се излезе на полагање.

1. Зададен или слободен напад со фаќање, слободен избор на техника.
2. Зададен или слободен напад со удар од рака, слободен избор на техника.
3. Зададен или слободен напад со удар од нога, слободен избор на техника.
4. Kaeshi waza
5. Futari dori
6. Tanto dori (Сите техники наведени во програмот за полагање за DAN степени)
7. Aiki Jo (Сите техники наведени во програмот за полагање за DAN степени)
8. Aiki Ken (Сите техники наведени во програмот за полагање за DAN степени)