

AIKIDOJO POORT EXAMENEISEN

2^e KYU

ALLE EXAMENEISEN 3^e KYU PLUS:

TECHNIEKEN (ZOWEL OMOTE ALS URA)

STAND	AANVAL	TECHNIEK	VERKLARING
HANMI-HANTACHI	YOKOMEN-UCH MOROTE-DORI	IKKYO IRIMI-NAGE SHIHO-NAGE	
TACHI-WAZA	USHIRO-RYOTE-DORI USHIRO-RYOKATA-DORI MUNE-DAKA-SHIME KUBI-SHIME		
HANMI-HANTACHI	SHOMEN-UCHI MOROTE-DORI RYOTE-DORI RYOTE-MOCHI	KOKYU-NAGE	
TACHI-WAZA	MOROTE-DORI RYOTE-DORI RYOTE-MOCHI	KOKYUROKYU-YOSEI-HO	
HANMI-HANTACHI	YOKUMEN-UCHI MOROTE-DORI TSUKI	NIKYO SANKYO KOTE-GAESHI UDEKIME-NAGE/JUJI-NAGE	
TACHI-WAZA	USHIRO-RYOKATA-DORI KATA-DORI MEN-UCHI	UCHI-KAITEN-NAGE TENCHI-NAGE	
SUWARI-WAZA	KATA-DORI SODE-DORI MUNE-DORI		
TACHI-WAZA	TSUKI	SOTO-KAITEN-NAGE UCHI-KAITEN-SANKYO	
HANMI-HANTACHI	GYAKU-HANMI SHOMEN-UCHI	YONKYO SOTO-KAITEN-NAGE SUMI-OTOSHI UCHI-KAITEN-SANKYO GOKYO	POLSKLEM BUITENKANT RADDRAAIWORP WORP OP DE ELLEBOOG VERDEDIGING TEGEN MES
SUWARI-WAZA	AI-HANMI	ROKKYO/UDE-HISHIGI/HIJI-KIME-OSAE UDE-GARAMI-NAGE	BEGIN ALS IKKYO, ELLEBOOGKLEM OVER ARM EIGEN POLS PAKKEN VANUIT IKKYO EN SHIHO-NAGE
TACHI-WAZA	AI-HANMI	UCHI-KAITEN-KATA-KATAME KOSHI-NAGE	ALS WORP, EINDIG MET ELLEBOOGKLEM HEUPWORP