

Skladby zkoušek na dětské technické stupně

## 2.Kyu 2.stupně



Vědomostní a praktické znalosti .

Praktická ukázka:

1.Tachi waza- Cvičení v postoji

Útok/ Technika

Aihanmi katate dori

Koshi nage

Shomen uchi

Shiho nage - Soto kaiten nage - Uchi kaiten nage

Katate dori

Sankyo – Yonkyo - Koshi nage - Sumi otoshi – Aiki otoshi

Yokomen uchi

Gokyo

Ryote dori

Irimi nage - Kote gaeshi - Koshi nage

Ushiro ryote dori

Juji garami - Sokumen irimi nage – Koshi nage

Katate ryote dori

Irimi nage

Ushiro ryu kata dori

Ikkyo –Nikyo – Sankyo - Sokumen irimi nage

Kata dori

Sankyo –Yonkyo

Kata men uchi

Ikkyo – Nikyo – Sankyo - Irimi nage - Kote gaeshi - Shiho nage

Chudan tsuki

Ikkyo-Irimi nage

Jodan tsuki

Hiji kime osae

Kokyu nage z různých útoků

## **2.Suwari waza- Cvičení v kleče**

### **Útok/ Technika**

Katate dori

Yokomen uchi

Kata dori

Ryokata dori

Kote gaeshi - Irimi nage

Ikkyo – Nikyo – Sankyo – Yonkyo –  
Gokyo - Irimi nage

Sankyo

Ikkyo – Nikyo

## **3.Hanmi handachi waza Cvičení v kleče a postoji**

### **Útok/ Technika**

Shomen uchi

Katate dori

Ryote dori

Kote gaeshi

Soto kaiten nage

Shiho nage

## Postoje

tachi waza



hanmi hantachi waza



suwari waza



## Útoky

aihanmi katate dori



katate dori (gyakuhanmi)



ryote dori



katate ryote dori, morote dori



mune dori



kata dori



**kata dori men uchi**



**ryokata dori**



**ushiro ryote dori**



**ushiro ryohiji dori**



**ushiro ryokata dori**



**ushiro eri dori**



**ushiro katate dori kubi shime**



**shomen uchi**



**yokomen uchi**



**chudan tsuki**



**jodan tsuki**



**mae geri**



## Techniky

**irimi nage**



**kote gaeshi**



**shiho nage**



**tenchi nage**



**sokumen irimi nage**



**kaiten nage**



**ude kime nage**



**ude garami**



**hiji kime osae**



**aiki otoshi**



**kokyu nage**



**koshi nage**



**sumi otoshi**



**juji garami**



**kokyu ho**



**ushiro kiri otoshi**



**ikkyo**



**nikkyo**



**sankyo**



**yonkyo**



**gokyo**



# Etika

1. Při vstupu do dojo i při odchodu, je správné uklonit se směrem ke kamize, obrazu O Senseie, případně k čelu dojo. Ukloněte se též při příchodu i odchodu z tatami
2. Nevstupujte na tatami v obuvi, v dojo mimo tatami používejte přezůvky.
3. Dostavte se na cvičební hodinu včas. V případě, že přijdete pozdě, vyčkejte na okraji tatami, dokud Vám učitel nedá pokyn, po kterém se můžete zapojit do tréninku.
4. Neodcházejte z tatami v průběhu cvičení, případně z dojo bez svolení učitele.
5. Neseďte na tatami zády ke kamize, obrazu zakladatele. Také neseďte s nataženýma nohama a neopírejte se o zeď. Seděte v seize, případně v sedu se zkříženýma nohama, vždy však s narovnanými zády.
6. Před tréninkem sejměte hodinky a další šperky. Nehty na ruce i nohy udržujte ostříhané a čisté. Na tatami nenoste pití, drogy, trávu, stravu, žvýkačky atd.
7. Omezte mluvení na minimum. Jak při výkladu učitele, tak při samotném cvičení. Konverzace by měla být omezena na téma AIKIDO.
8. Máte-li problémy s pohybem, technikou, nepokřikujte na učitele, pokuste se „okoukat“ od ostatních, případně vyčkat na vhodnou příležitost a požádat učitele o radu a pomoc.
9. Provádějte příkazy učitele ihned, aby na Vás ostatní nemuseli čekat.
10. V průběhu cvičení nepodléhejte hrubým způsobům a hádkám. Nepřevlékejte se na tatami. Snažte se, aby Vaše gi bylo čisté, v dobrém stavu, bez silných vůní či zápachů. Mějte čisté ruce i nohy.
11. Nezapomeňte, že jste na tréninku, abyste se něco naučili, nikoliv uspokojit své ego.
12. Chovejte se dle zásad slušného chování, buďte ohleduplní, opatrní, slušní.