合気道研究会

AIKIDO SEISHIN KAI

2nd KYU JUNIOR GRADING SYLLABUS (min 80 hrs)

合気道研究会

NAME..... **DATE**..... **CLUB**.....

INSTRUCTOR..... **GRADE**..... **HOURS PRACTICED**.....

TACHIWAZA

SHOMENUCHI SHIHONAGE……
SHOMENUCHI KAITENNAGE……
YOKOMENUCHI GOKKYO……
USHIRO TEKUBITORI SHIHONAGE……
USHIRO TEKUBITORI JUJINAGE……
KATATETORI KOSHINAGE……
MOROTETORI NIKKYO……
JYUWAZA (2 PERSONS)……

HAMNI - HANDACHI

SHOMENUCHI IRIMINAGE……
KATATETORI NIKKYO……
YOKOMENUCHI KOTEGAESHI……

SUWARIWAZA

KOKYU HO

ALL TECHNIQUES MUST BE PERFORMED OMOTE & URA

WEAPONS

BOKKEN SUBURI 1 – 6……
JYO KATA 1 – 24 ……

GENERAL COMMENTS

……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……
……

合気道研究会