合気道研究会

AIKIDO SEISHIN KAI

合気道研究会

4th KYU JUNIOR GRADING SYLLABUS (min 60 hrs)

NAME…… **DATE**…… **CLUB**……

INSTRUCTOR…… **GRADE**…… **HOURS PRACTICED**……

TACHIWAZA

SHOMENUCHI IKKYO……

SHOMENUCHI IRIMINAGE……

KATATEDORI NIKKYO……

YOKOMENUCHI SHIHONAGE……

SUWARI WAZA

KOKYU HO……

ALL TECHNIQUES MUST BE PERFORMED OMOTE & URA

WEAPONS

BOKKEN SUBURI 1 – 4……

JYO KATA 1 – 12……

GENERAL COMMENTS

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

合気道研究会