合気道研究会

AIKIDO SEISHIN KAI

合気道研究会

5th KYU JUNIOR GRADING SYLLABUS (min 50 hrs)

NAME…… **DATE**…… **CLUB**……

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

TACHIWAZA

SHOMENUCHI IKKYO……

SHOMENUCHI IRIMINAGE……

KATATEDORI SHIHONAGE……

SUWARIWAZA

KOKYU HO……

ALL TECHNIQUES MUST BE PERFORMED OMOTE & URA

WEAPONS

BOKKEN SUBURI 1……

JYO KATA 1 TO 12……

GENERAL COMMENTS

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

合気道研究会