

Kyū- und Dan-Prüfungsordnung

der Aikido Föderation Deutschland



Kyū / Dan – Das Graduierungssystem

Das Graduierungssystem der Aikido Föderation Deutschland ist unterteilt in Kyū- (jap. Mudansha) und Dan-Grade (jap. Yūdansha). Es orientiert sich an der Praxis des Aikidō-Weltverbandes „Aikikai“.

Die erste Graduierung und damit der Einstieg in das Graduierungssystem ist der 5. Kyū. Der 2. Kyū berechtigt zum Tragen des Hakama, dem traditionellen japanischen Hosenrock.

Der erste Dan (japan. Sho-dan / Sho bedeutet Anfang, Beginn) berechtigt zum Tragen eines schwarzen Gürtels zusammen mit dem Hakama.

Hinweise zur Benutzung

Die angegebenen Zeiten sind Richtwerte. Die Techniken der vorangegangenen Grade können Inhalt der Prüfung sein. Die individuellen physischen Voraussetzungen der Prüflinge sollten berücksichtigt werden.

Stand November 2013

Prüfungstechniken 5. Kyū 6 Monate Praxis nach Beginn

Tachi waza:

ai hammi katate dori: ikkyō - shihō nage - irimi nage - kote gaeshi
shōmen uchi: ikkyō - irimi nage - kote gaeshi
(ggfls. statisch ausgeführt)

Suwari waza:

ryōte dori: kokyū hō

Prüfungstechniken 4. Kyū 6 Monate Praxis nach Erlangung des 5. Kyū

Suwari waza:

ai hanmi katate dori: ikkyō - irimi nage
shōmen uchi: ikkyō - irimi nage

Tachi waza:

ai hanmi katate dori: nikyō - ude kime nage
gyaku hanmi katate dori: ikkyō - nikyō - shihō nage - kote gaeshi – irimi nage
- sokumen irimi nage - uchi kaiten nage - ude kime nage
- tenchi nage
kata dori: ikkyō - nikyō
ryōte dori: tenchi nage
shōmen uchi: nikyō

Prüfungstechniken 3. Kyū 8 Monate Praxis nach Erlangung des 4. Kyū

Suwari waza:

gyaku hanmi katate dori: ikkyō - nikyō - sankyō - irimi nage
kata dori: ikkyō - nikyō – sankyō
shōmen uchi: nikyō – sankyō

Hanmi Handachi waza:

gyaku hanmi katate dori: shihō nage - uchi kaiten nage

Tachi waza:

katate dori: sankyō - ude garami
kata dori: sankyō
ryōte dori: ikkyō - shihō nage - irimi nage
shōmen uchi: sankyō
yokomen uchi: kote gaeshi - shihō nage - irimi nage - ude kime nage
ushiro ryōte dori: ikkyō - nikyō - sankyō - kote gaeshi - kokyū nage

Prüfungstechniken 2. Kyū

12 Monate Praxis nach Erlangung des 3. Kyū

Suwari waza:

gyaku hanmi katate dori: yonkyō
shōmen uchi: yonkyō
yokomen uchi: ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō - irimi nage

Hanmi Handachi waza:

gyaku hanmi katate dori: kote gaeshi - soto kaiten nage
ryōte dori: shihō nage
shōmen uchi: soto kaiten nage

Tachi waza:

ai hanmi katate dori: koshi nage
gyaku hanmi katate dori: yonkyō - koshi nage - kokyū nage
ryōte dori: kote gaeshi - ude kime nage
katate ryōte dori (morote dori): ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō - shihō nage -
kote gaeshi - irimi nage - kokyū nage
kata dori men uchi: ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō - shihō nage
- kote gaeshi - irimi nage - kokyū nage
shōmen uchi: yonkyō - shihō nage - soto kaiten nage - uchi kaiten nage
yokomen uchi: ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō
ushiro ryōte dori: yonkyō - irimi nage - ude kime nage - shihō nage
ushiro ryō kata dori: sokumen irimi nage - kokyū nage

Prüfungstechniken 1. Kyū

12 Monate Praxis nach Erlangung des 2. Kyū

Suwari waza:

shōmen uchi: gokyō
yokomen uchi: gokyō - kote gaeshi

Hanmi Handachi waza:

gyaku hanmi katate dori: ikkyō - nikyō - sankyō – yonkyō
shōmen uchi: ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō - irimi nage - kote gaeshi
ushiro ryō kata dori: ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō - kokyū nage

Tachi waza:

gyaku hanmi katate dori: sumi otoshi
mae ryō kata dori: kokyū nage
muna dori: shihō nage
katate ryōte dori (morote dori): jūji garami
shōmen uchi: gokyō - kokyū nage - koshi nage
yokomen uchi: gokyō - kokyū nage - koshi nage
jōdan tsuki: ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō - shihō nage – irimi nage
- hiji kime osae
chūdan tsuki: ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō - irimi nage - kote gaeshi
- soto kaiten nage - uchi kaiten nage
ushiro ryōte dori: sokumen irimi nage - jūji garami - koshi nage
ushiro ryō kata dori: ikkyō - nikyō - sankyō - yonkyō - aiki otoshi

ushiro ryō hiji dori: ikkyō - kokyū nage
ushiro eri dori: ikkyō - kote gaeshi - shihō nage
ushiro katate dori kubi shime: ikkyō - kote gaeshi - shihō nage

Dan-Prüfungstechniken

Der Inhalt der Dan-Prüfungen wird aus dem gesamten Kyū-Programm entnommen. Die Prüfungsordnung nennt allerdings nicht alle möglichen Techniken zu den aufgelisteten Angriffen. Mit höherer Dan-Graduierung werden diese zunehmend vorausgesetzt.

Shodan (Minimum ein Jahr Praxis nach dem 1. Kyū; Mindestalter 18. Jahre)

- randori gegen zwei Angreifer - tantō dori

Über die formale Kenntnis der Technik hinaus sollte sichtbar werden, dass die Prinzipien der angemessenen Körperhaltung (shisei), der passenden Distanz (ma-ai) und Technik (waza) erkannt wurden.

Nidan (Minimum zwei Jahre Praxis nach dem 1. Dan)

- randori gegen drei Angreifer - jō dori - jō nage - tantō dori

Die Prinzipien der angemessenen Körperhaltung (shisei), passenden Distanz (ma-ai) und Technik (waza) werden berücksichtigt. Gezeigt werden Sicherheit in der Ausführung der Techniken, zunehmend fließende Bewegungen (insbesondere bei den Wechseln in den Haltetechniken) und Engagement in der Bewegung.

Sandan (Minimum drei Jahre nach dem 2. Dan)

- randori gegen drei Angreifer - jō dori - jō nage - tantō dori - tachi dori

Die für den ersten und zweiten Dan formulierten Prinzipien werden angewendet. Tori reagiert souverän, kontrolliert die Angriffe sicher und führt die Techniken flüssig aus.

Yondan (Minimum 4 Jahre Praxis nach dem 3. Dan)

- randori gegen drei Angreifer (Angriffe shōmen uchi und mae ryō kata dori) – jō dori, jō nage, tantō dori, tachi dori (es kann eine Disziplin nach Maßgabe der Prüfer entfallen) – selbstständig vorbereitete Präsentation (z.B. aiki ken, aiki jō, kaeshi waza, futari dori, taninzu gake, renzoku waza, henka waza, jiyūwaza)

Auf der Grundlage der gemachten Erfahrungen präsentiert sich Tori sicher und souverän.

Die individuellen Voraussetzungen sollen bei allen Dan-Prüfungen berücksichtigt werden.

Ab dem Godan werden Dan-Graduierungen ohne Prüfungen verliehen.