

# Aikido Dojo Gamlestaden – graderingskrav för barn och ungdomar

	Krav för barn över 10 år	Gult 11 kyu	Orange 10 kyu	Grönt 9 kyu	Blått 8 kyu	Brunt 7 kyu	Rött 6 kyu
	Antal träningspass sedan senaste gradering MINST	1 termin 10 pass	1 termin 15 pass	1 termin 15 pass	2 terminer 25 pass	2 terminer 30 pass	2 terminer 35 pass
	<b>Grundläggande</b>						
	Ukemi mae	X	X	X	X	X	X
	Ukemi ushiro	X	X	X	X	X	X
	Shikko	X	X	X	X	X	X
	<b>Teknik och attack</b>						
Tachi waza (stående)	Tai no henko						
	- kihon	X	X	X	X	X	X
	- ki no nagare	X	X	X	X	X	X
	Morote dori kokyu ho	X	X	X	X	X	X
	Ikkyo omote waza						
	- shomen uchi	X	X	X	X	X	X
	- ai hanmi katate dori	X	X	X	X	X	X
	- kata dori		X	X	X	X	X
	Ikkyo ura waza						
	- shomen uchi	X	X	X	X	X	X
	- ai hanmi katate dori	X	X	X	X	X	X
	-kata dori		X	X	X	X	X
	Valfri kokyu nage	2	2	3	3	4	4
	Valfri kokyu ho	1	1	2	2	3	3
	Kote gaeshi						
	- ai hanmi katate dori	X	X	X	X	X	X
	- mune tsuki	X	X	X	X	X	X
	- shomen uchi			X	X	X	X
	Tenchi nage - ryote dori		X	X	X	X	X
	Irimi nage						
	- shomen uchi			X	X	X	X
	- ai hanmi katate dori					X	X
	Shiho nage omote/ura						
	- gyaku hanmi katate dori				X	X	X
	- yokomen uchi					X	X
	Nikkyo omote/ura - katate dori					X	X
Suwari waza (sittande)	Kokyu ho	X	X	X	X	X	X
	Ikkyo omote/ura waza		X	X	X	X	X
	Irimi nage			X	X	X	X
	Kote gaeshi						X
Vapen	Jo 6 kata / jo suburi				X	X / 1-5	X / 1-5
	Bokken suburi					1	1-3