

Программа экзаменов Такемусу Айкидо России

6-й кю с 13-ти лет, 3 месяца (20 тренировок):

Укеми (мае, уширо)
Шикко
Тай но хенко
Моротедори коккю-хо
Ай ханми катате дори иккё (омоте, ура)
Ай ханми катате дори коте гаеши
Гяку ханми катате дори шихо наге (омоте, ура)
Ката дори никкё
Риоте дори тенчи наге
Сувари ваза коккю-хо

5-й кю 4 месяца (30 тренировок) после 6-го кю:

Все предыдущие техники
Тай но хенко ки но нагаре
Ай ханми катате дори никкё
Ай ханми катате дори ирими наге
Гяку ханми катате дори иккё (омоте, ура)
Гяку ханми катате дори никкё
Гяку ханми катате дори санкё (омоте)
Гяку ханми катате дори коте гаеши
Рио ката дори иккё
Рио ката дори никкё

4-й кю 6 месяцев (60 тренировок) после 5-го кю:

Все предыдущие техники
Гяку ханми катате дори ирими наге (3 уровня)
Гяку ханми катате дори кайтен наге (учи, сото)
Ката дори иккё (омоте, ура) ки но нагаре
Ката дори никкё ки но нагаре
Уширо риоте дори коккю-хо
Уширо риоте дори иккё (омоте)
Уширо риоте дори коте гаеши
Шомен учи иккё (омоте, ура)
Шомен учи никкё (омоте, ура)
Шомен учи санкё (омоте, ура)
Шомен учи ёнкё (омоте, ура)
Шомен учи коте гаеши
Цки коте гаеши (чудан)

3-й кю 9 месяцев (70 тренировок) после 4-го кю:

Все предыдущие техники
Гяку ханми катате дори иккё (омоте, ура) (всё ки но нагаре)
Гяку ханми катате дори коте гаеши
Гяку ханми катате дори шихо наге (омоте, ура)
Уширо риоте дори никкё
Уширо риоте дори санкё
Уширо риоте дори джуджи гарами
Уширо риоте дори коши наге
Шомен учи шихо наге (омоте)
Шомен учи ирими наге
Сувари ваза шомен учи иккё (омоте, ура)
Сувари ваза шомен учи никкё (омоте, ура)
Сувари ваза шомен учи ирими наге
Ёкомен учи иккё (омоте, ура)
Ёкомен учи никкё (омоте, ура)
Ёкомен учи гоккё (ура)
Любой захват: 3 коши наге
джо: ката 31
боккен: субури 1 - 7

2-й кю 12 месяцев (90 тренировок) после 3-го кю:

Все предыдущие техники
Мороте дори коккю хо (джодан, гедан)
Ханми хандачи катате дори шихо наге(омоте)
Ханми хандачи риоте дори шихо наге(омоте)
Ханми хандачи шомен учи коте гаеши
Ёкомен учи санкё (омоте, ура)
Ёкомен учи ёнкё (омоте, ура)
Ёкомен учи коте гаеши
Ёкомен учи шихо наге
Ёкомен учи ирими наге
Джиу ваза
джо: субури 1 - 10
боккен: шихо гири, хаппо гири

1-й кю 12 месяцев (90 тренировок) после 2-го кю:

Все предыдущие техники
Гяку ханми катате дори коккю-хо (кихон, ки но нагаре)
Соде дори коккю-хо
Соде дори иккё
Соде дори никкё
Сувари ваза шомен учи санкё (омоте, ура)
Сувари ваза шомен учи ёнкё (омоте, ура)
Сувари ваза ёкомен учи гоккё (ура)

Джиу ваза коккю наге (мороте, риоката, риоте дори)
джо: субури 11 - 20, ката 13
боккен: 1, 5, 7 аваса