

## Aikido Centrum Rotterdam

Kyugraad Programma Kinderen en Jeugd (t/m 14 jaar)

Versie 14-5-2010

Kyugraad	Technieken
13	Zazen Shikko vooruit Ushiro ukemi
12	Eisen 13e kyugraad plus, Mae ukemi Shikko achteruit zeg: one gai shi masu
11	Eisen 12e kyugraad plus, Tenkan Aihanmi ikkyo omote zeg:domo arigato gozaimashita
10	Eisen 11e kyugraad plus, Irimi tenkan Aihanmi ikkyo ura Kokyu-ho (suwari waza)
9	Eisen 10e kyugraad plus, vrij shikko met taisabaki Aihanmi iriminage omote 4 richtingen shomen
8	Eisen 9e kyugraad plus, Taisabaki vanuit shomenuchi aanval Aihanmi iriminage ura tot 10 tellen in het Japans
7	Eisen 8e kyugraad plus, Suwari waza: taisabaki vanuit shomenuchi aanval Gyakuhanmi sokomen iriminage Tai-no Henka

*Aan dit kyugraad programma kunnen geen rechten worden ontleend. Aikido Centrum Rotterdam behoudt zich het recht voor om de exameneisen op elk gewenst moment zonder toestemming aan te passen.*