

ZKUŠEBNÍ ŘÁD A4U



6.kyu

Ukemi waza

Mae ukemi
Ushiro ukemi

Pohyby

Tenkan, Irimi tenkan, Henkan

Suwari waza

Shikko – přemístění

Úchopy

Aihanmi katate dori
Katate dori
Ryote dori
Ushiro ryote dori

Údery

Shomen uchi
Yokomen uchi

Znalost základních pojmů a etika v dojo

5.kyu

Tachi waza

Aihanmi katate dori

Ikkyo *ou - Irimi nage – Shiho nage *ou

Shomen uchi
Katate dori

Ikkyo - Irimi nage
Shiho nage *ou - Tenchi nage *ou

Suwari waza

Ryote dori

Kokyu ho

4.kyu

Tachi waza

Aihanmi katate dori
Shomen uchi
Katate dori

Nikyo *ou – Sankyo *ou - Kote gaeshi - Ude kime nage *ou
Kote gaeshi
Ikkyo – Nikyo - Irimi nage - Kote gaeshi - Uchi kaiten nage *ou
- Ude kime nage - Sokumen irimi nage - Kokyu nage *2f
Shiho nage - Ude kime nage
Ikkyo - Nikyo
Tenchi nage
Sankyo

Yokomen uchi
Kata dori
Ryote dori
Ushiro ryote dori

Suwari waza

Aihanmi kate dori
Shomen uchi

Ikkyo-Irimi nage
Ikkyo-Irimi nage

3.kyu

Tachi waza

Shomen uchi
Yokomen uchi

Nikyo – Sankyo – Yonkyo – Hiji kime osae - Kokyu nage
Ikkyo – Nikyo – Sankyo - Yonkyo - Irimi nage - Kote gaeshi –
Kokyu nage

Katate ryote dori
Ryote dori
Ushiro ryote dori

Ikkyo – Nikyo - Kote gaeshi - Udekime nage - Kokyu nage
Ikkyo - Shiho nage – Kokyu nage
Ikkyo – Nikyo - Irimi nage - Kote gaeshi - Shiho nage - Ude kime
nage - Kokyu nage

Suwari waza

Shomen uchi Sankyo – Yonkyo - Kote gaeshi
Katate dori Nikyo
Kata dori Ikkyo - Nikyo

Hanmi handachi waza

Shomen uchi Irimi nage
Katate dori Shiho nage - Uchi kaiten nage – Ude garami

2.kyu

Ukemi waza dynamické ukemi do kote gaeshi, koshi nage a aiki otoshi

Tachi waza

Shomen uchi Shiho nage - Soto kaiten nage***ou** - Uchi kaiten nage - Aiki otoshi
Katate dori Sankyo –Yonkyo - Koshi nage***2f** - Sumi otoshi – Kubi nage
Ryote dori Irimi nage – Kote gaeshi – Koshi nage***vf** – Kokyu nage***vf**
Ushiro ryote dori Juji garami – Sokumen irimi nage – Koshi nage
Ushiro ryo kata dori Ikkyo – Nikyo – Sankyo – Sokumen irimi nage – Kokyu nage
Kata men uchi Kokyu nage – Ikkyo – Nikyo – Sankyo – Irimi nage – Kote gaeshi-
Shiho nage
Chudan tsuki Ikkyo - Irimi nage – Kokyu nage***vf**
Jodan tsuki Hiji kime osae – Kokyu nage***vf**
JO Tsuki - Shomen uchi - Jodan kaeshi - Kamae (Chudan, Haso)

Suwari waza

Katate dori Kote gaeshi – Irimi nage
Yokomen uchi Ikkyo – Nikyo – Sankyo – Yonkyo – Gokyo – Irimi nage
Kata dori Sankyo
Ryo kata dori Ikkyo – Nikyo

Hanmi handachi waza

Shomen uchi Kote gaeshi
Katate dori Ikyo – Soto kaiten nage
Ryote dori Shiho nage

1.kyu

Tachi waza

Katate ryote dori Juji garami – Koshi nage – Irimi nage
Kata dori Kokyu nage – Ude garami – Kubi nage
Ushiro katate dori kubishime Sankyo – Kote gaeshi – Shiho nage – Koshi nage
Ushiro eri dori Ikkyo – Kote gaeshi – Shiho nage – Kokyu nage
Chudan tsuki Nikyo -Sankyo – Kote gaeshi – Kaiten nage – Koshi nage – Ushiro
kiri otoshi
Jodan tsuki Ikkyo – Nikyo – Sankyo - Irimi nage - Shiho nage - Kaiten nage
Koshi nage
Mae geri Irimi nage - Sokumen irimi nage - Ushiro kiri otoshi
Boken Tsuki - Shomen uchi - Kesa geri - Kurai tachi - Kamae (Chudan,
Haso, Mu, Waki)

Suwari waza

Shomen uchi Gokyo
Yokomen uchi Kote gaeshi

Hanmi handachi waza

Shomen uchi Ikkyo - Aiki nage
Katate dori Nikyo

Stupně DAN

Obsahují všechny možné kombinace útoků a technik (ne úplně všech, např. Koshi nage v Hanmi handachi waza ani v SW se nepožaduje, ani necvičí).

Dále bude požadováno Tanto dori, Jo dori, Tachi dori. Znalost práce s Jo a bokenem (ve dvojici). Dále pak Randori a práce s více útočníky.

Shodan

Tanto dori - Chudan tsuki	Gokyo - Hiji kime osae – Kote gaeshi – Irimi nage
Tanto dori - Yokomen uchi	Gokyo – Kote gaeshi
Jo nage - Aihanmi katate dori	Kokyu nage – Ikyo – Shiho nage
Ryo kata dori + Ryote dori	Randori (2 uke)

Nidan

Jo nage - Katate ryote dori	Kokyu nage – Ikyo – Ushiro kiri otoshi – vlastní výběr
Tanto dori - Ushiro eri dori	Kote gaeshi
Tanto dori - Chudan tsuki	Gokyo - Hiji kime osae – Kote gaeshi – Irimi nage
Ryo kata dori + Ryote dori	Randori (min 3 uke)

Sandan

Tanto dori - Chudan tsuki	Gokyo - Hiji kime osae – Kote gaeshi – Irimi nage
Tachi dori - Shomen uchi	Kokyu nage - Kote gaeshi - Hiji kime osae - Irimi nage
Kumi tachi	vlastní výběr (včetně Tachi dori)
Kumi Jo	vlastní výběr (včetně Jo dori)

Poznámky – vysvětlivky

*ou

zacvičit formy omote i ura, pokud je již jednou takto označena technika, platí to i v další části ZŘ

*2f

zacvičit dvě formy techniky (vstup nebo technika)

*vf

zacvičit víc než 2 formy (jedná se pouze o kokyu nage)

Lhůty a poplatky za stupně KYU

Posouzení technické úrovně KYU je ponecháno na vedoucích dojo, nebo jejich členech s odpovídající technickou úrovní. (*Doporučení A4U posuzovatel by měl mít úroveň o 2 technické stupně vyšší, než je posuzovaný, nejlépe minimálně 1. DAN.*)

Hodnocení 1. KYU by měla provádět komise, jejíž vede držitel stupně 2. DAN. (*Doporučení A4U je, aby vedoucí komise nebyl zároveň vedoucím dojo, kde uchazeč cvičí.*)

Minimální časové rozestupy, ani počet seminářů mezi kyu není požadován. Za každý stupeň se uděluje diplom/certifikát.

Poplatky za kyu

- vybírají se pouze za udělené nové stupně.

6.KYU – 200,-Kč,

5.KYU – 300,-Kč

4.KYU – 400,-Kč,

3.KYU – 500,-Kč

2.KYU – 600,-Kč,

1.KYU – 700,-Kč

Poplatky za stupně DAN

Poplatky za stupně DAN se řídí zvláštními předpisy.