

**Aikido Praha**  
člen České Aikidokai

## Požadavky na zkoušky

pro děti a mladistvé (skupiny D1-D4)

- D1** **Názvosloví**  
počítat do 10, oděv, zbraně, zakladatel, názvy technik, ...
- Ukemi**  
mae ukemi, ushiro ukemi, zempo ukemi
- Shiko**  
mae, ushiro
- Tai sabaki, Ashi sabaki (pohyb těla a nohou)**  
tenkan, irimi tenkan
- Tashi waza (techniky v postoji)**  
Katatetori aihanmi Ikkyo (omote i ura)  
Katatetori gyakuhanmi Kokyu nage  
Ryotetori aiki nage
- Kokyu ho (suwari waza)**
- 
- D2** Vše výše uvedené a navíc:
- Ukemi**  
gyakku ukemi, mae ukemi se skříženými rukama
- Shiko**  
irimi tenkan
- Tashi waza (techniky v postoji)**  
Katatetori aihanmi Irimi nage  
Katatetori gyakuhanmi Kote gaeshi

### **D3 Názvosloví**

vše z D1 a D2, vč. umět si uvázat pásek

#### **Ukemi**

viz D2

#### **Shiko**

viz D2

#### **Tai sabaki, Ashi sabaki (pohyb těla a nohou)**

tenkan, irimi tenkan

#### **Tashi waza (techniky v postoji)**

Katatetori aihanmi Ikkyo (omote i ura)

Katatetori gyakuhanmi Kokyu nage

Ryotetori Kokyu nage

Katatetori aihanmi Irimi nage

Katatetori gyakuhanmi Kote gaeshi

Katatetori aihanmi Udekime nage

Ryotetori aiki nage

#### **Kokyu ho (suwari waza)**

### **D4 Vše výše uvedené a navíc:**

#### **Ukemi**

všechny

#### **Tashi waza (techniky v postoji)**

Shomen ushi Kiri otoshi

Katatetori aihanmi Sankyo Omote

Katatetori gyakuhanmi Uchi kaiten nage

### **Nezapomeňte:**

- čisté kimono
- vyplněnou přihlášku
- polatek za zkoušku je 100,-Kč/osoba
- získaný stupeň uděluje zkoušející

**Pozn:** Výše uvedený zkušební řád je určen pro děti a mladistvé do 15 let včetně.

Od 16 let je možné navázat na oficiální zkušební řád pro dospělé.

Ten by neměl být používán pro osoby mladší 16 let, vzhledem k požadavkům na techniky, které namáhají klouby, které jsou v tomto věku ještě stále ve vývinu a hrozilo by tak jejich poškození.