



## Officielt Gradueringspensum fra Danish Aikikai 1. Dan, 2. Dan og 3. Dan 1. dan

Tid: krav 12 min. totalt Tid anvendt totalt:      min.	Kategori udført:	Karakter:
1. del  <b>Suwariwaza:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ikkyo</li> <li>➤ Nikkyo</li> <li>➤ Sankyo</li> <li>➤ Gokyo</li> <li>➤ Iriminage</li> <li>➤ Kotegaeshi</li> </ul>		Teknisk kvalitet:      1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:      1 2 3 4 5 6  Kommentar:
<b>Hanmi handachi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mindst 5 forskellige teknikker!</li> </ul>		Teknisk kvalitet:      1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:      1 2 3 4 5 6  Kommentar:
2. del  <b>Tachiwaza:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Aihanmi katate tori</li> <li>➤ Gyakuhanmi katate tori</li> <li>➤ Ryote tori</li> <li>➤ Ushirowaza</li> <li>➤ Kata tori men-uchi</li> <li>➤ Shomen-uchi</li> <li>➤ Yokomen-uchi</li> <li>➤ Tsuki</li> </ul> Vælg 3 angreb, og udfør mindst 5 forskellige teknikker for hvert angreb		Teknisk kvalitet:      1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:      1 2 3 4 5 6  Kommentar:
3. del  <b>Tanto tori:</b>  Angreb: - tsuki - shomen-uchi - yokomen-uchi Teknik: mindst 10 forskellige		Teknisk kvalitet:      1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:      1 2 3 4 5 6  Kommentar:
<b>Ken tai Ken</b> <b>Ken tai Jo</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Shihonage</li> </ul>		Teknisk kvalitet:      1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:      1 2 3 4 5 6  Kommentar:

( 1 – 6 ): Tempo:

Determinisme: Ro:

Etikette:

**Totalt gennemsnit: \_\_\_\_\_**



**Officielt Gradueringspensum fra Danish Aikikai**  
**1. Dan, 2. Dan og 3. Dan**  
**2. dan**

<b>Tid: krav 15 min. totalt</b> Tid anvendt totalt:      min.	<b>Kategori udført:</b>	<b>Karakter:</b>
1. del  <b>Toshuhenka:</b>  Fri teknik over alle angreb!		Teknisk kvalitet:            1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:            1 2 3 4 5 6  Variation i valg af teknik: 1 2 3 4 5 6  Kommentar:
2. del  <b>To-sabaki (ken):</b> <b>Jo-sabaki:</b> ➤ Aihanmi ➤ Gyakuhanmi ➤ Kata tori men-uchi  3 forskellige teknikker for hvert angreb! Udføres såvel højre som venstre side!		Teknisk kvalitet:            1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:            1 2 3 4 5 6  Kommentar:
3. del  <b>Ken tai Ken</b> <b>Ken tai Jo</b> ➤ Ikkyo ➤ Nikyo		Teknisk kvalitet:            1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:            1 2 3 4 5 6  Kommentar:
<b>Futari tori:</b>  Mindst 3 forskellige angreb!		Teknisk kvalitet:            1 2 3 4 5 6  Flow i udførelse:            1 2 3 4 5 6  Kommentar:

( 1 – 6 ): Tempo:

Determinisme: Ro:

Etikette:

**Totalt gennemsnit: \_\_\_\_\_**



## Officielt Gradueringspensum fra Danish Aikikai 1. Dan, 2. Dan og 3. Dan

### 3. dan

Tid: krav 20 min. totalt Tid anvendt totalt: min.	Kategori udført:	Karakter:
1. del  <b>Toshuhenka:</b>  Fri teknik over alle angreb!		Teknisk kvalitet: 1 2 3 4 5 6 Flow i udførelse: 1 2 3 4 5 6 Variation i valg af teknik: 1 2 3 4 5 6 Kommentar:
2. del  <b>Tachi tori:</b> (Forsvar mod ken) 5 forskellige teknikker  <b>Jo tori:</b> (Forsvar mod Jo) 3 forskellige teknikker		Teknisk kvalitet: 1 2 3 4 5 6 Flow i udførelse: 1 2 3 4 5 6 Kommentar:
3. del  <b>Ken tai Ken</b> <b>Ken tai Jo</b> ➤ Sankyo ➤ Gokyo ➤ Iriminage ➤ Kotegaeshi		Teknisk kvalitet: 1 2 3 4 5 6 Flow i udførelse: 1 2 3 4 5 6 Kommentar:
<b>San nin dori</b> (3 angribere)  Mindst 3 forskellige angreb!		Teknisk kvalitet: 1 2 3 4 5 6 Flow i udførelse: 1 2 3 4 5 6 Kommentar:

( 1 – 6 ): Tempo:

Determinisme: Ro:

Etikette:

**Totalt gennemsnit:** \_\_\_\_\_



Officielt Gradueringspensum fra Danish Aikikai  
1. Dan, 2. Dan og 3. Dan



**Dansk Aikikai**

**Dan graduering**

Navn kandidat: \_\_\_\_\_

Dojo kandidat: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

Grad til afprøvnig: \_\_\_\_\_

Navn bedømmer: \_\_\_\_\_