

Aikido Waffen-Programm bis 2. Dan

Tanto Dori

Tsuki (Chudan): Kote Gaeshi, Hiji Kimeosae, Irimi Nage, Uchi Kaiten Sankyo.

Shomen Uchi (Gyakute: Klingespitze nach unten): Gokyo, Irimi Nage.

Yokomen Uchi (Gyakute): Gokyo, Shiho Nage.

Yokomen Uchi (Revers): Gokyo, Irimi Nage.

Ushiro Tsuki: Kote Gaeshi, Gokyo.

Jo Dori

Kote Gaeshi, Ikkyo, Shiho Nage, Kokyu Nage, Ushiro Kiriotoshi.

Jo Nage Waza

Kokyu Nage: verschiedene Formen.

Ken

Uke greift in Shomen Uchi mit Ken an (Tori ohne Ken): Kote Gaeshi, Ude Kime Nage, Shiho Nage.

Ken-Tai-Ken

(Bokken gegen Bokken): 4 Angriffe in Shomen Uchi mit entsprechender Verteidigung und Kontrolle des Gegners.

Das sind die Haupttechniken die gefragt werden. Es gibt immer Variationen, nur die Basis ist das Wichtigste.