



Aikidovereniging Mushinkan

3^e Kyu

- Waza (tegen twee aanvallers)

Tachi waza	- Katate dori Gyaku Hanmi	- Kokyu nage irimi - Kokyu nage tenkan - Kokyu nage sokumen
Hanmi handachi waza	- Katate dori Gyaku Hanmi	- Ikkyo omote & ura - Nikyo omote & ura - Sankyo omote & ura - Yonkyo omote & ura - Irimi nage omote & ura - Kote Gaeshi omote & ura - Shiho nage omote & ura
Suwari waza	- Shomen uchi	- Soto kaiten nage omote & ura
Tachi waza	- Kata dori (sho)men uchi	- Ikkyo omote & ura (3 vormen) - Nikyo omote & ura (3 vormen) - Sankyo omote & ura (3 vormen) - Yonkyo omote & ura (3 vormen) - Irimi nage omote & ura - Kote Gaeshi omote & ura - Kokyu nage Jiyu waza
	- Shomen uchi - Yokomen uchi	- Shiho nage omote & ura - Irimi nage omote & ura - Uchi kaiten nage omote & ura - Soto kaiten nage omote & ura - Sumi Otoshi
Tachi waza	- Yokomen uchi	- Irimi nage omote & ura - Kote gaeshi omote & ura



Aikidovereniging Mushinkan

- Tanto dori (tegen één aanvaller)

De kandidaat moet het wapen afpakken

Tachi waza	<ul style="list-style-type: none">- Shomen uchi- Yokomen uchi	<ul style="list-style-type: none">- Gokyo omote & ura- Shiho nage omote & ura- Irimi nage omote & ura- Kote gaeshi omote & ura
Suwari waza	<ul style="list-style-type: none">- Shomen uchi- Yokomen uchi	<ul style="list-style-type: none">- Gokyo omote & ura

- Randori (tegen drie aanvallers)

De kandidaat moet tenminste 10 minuten staande blijven

Tachi waza	<ul style="list-style-type: none">- Alle aanvallen	<ul style="list-style-type: none">- Jiyu waza
------------	--	---

- Conditie test

Kandidaat moet tenminste tijdens zijn examen 2x 50 stuks ukemi maken vanuit een aanval

- Aiki Jo Suburi

Tachi waza	<ul style="list-style-type: none">- solo	<ul style="list-style-type: none">- 13 jo kata- 31 jo kata
------------	--	---



Aikidovereniging Mushinkan

- Aiki Ken Suburi

Tachi waza	- solo	<ul style="list-style-type: none">- 1e ken suburi- 2e ken suburi- 3e ken suburi- 4e ken suburi- 5e ken suburi- 6e ken suburi- 7e ken suburi
------------	--------	---

Plus alle exameneisen uit het 4^e kyu examen
Technieken kennen uit het 2^e kyu examen is een grote pre!