



AIKIKAI DEUTSCHLAND
FACHVERBAND FÜR AIKIDO e.V.

Prüfungsordnung für Kinder bis zu einschließlich 13 Jahren

10. Kyū:

gelber Streifen

Etikette im Dōjō:

Verneigen beim Betreten und Verlassen des Dōjō, gegenüber dem Lehrer und dem Partner,

Seiza (Korrektes Sitzen auf der Matte),

den Keikogi (Trainingskleidung) selbst anziehen,
den Gürtel selbst binden können,

Ushiroukemi (rückwärts rollen),

Nikyō als Dehnungsübung für das Handgelenk (allein).

Kotegaeshi als Dehnungsübung für das Handgelenk (allein).