

Übungszeiten	Kindertraining
Dienstag	14.00 - 15.00 Uhr
	15.00 - 16.30 Uhr
	16.30 - 18.00 Uhr
Mittwoch	14.30 - 15.30 Uhr
	15.30 - 17.00 Uhr
	17.00 - 18.30 Uhr
Donnerstag	15.00 - 16.30 Uhr
	16.30 - 18.00 Uhr



**Schule für Aikido und Shiatsu**  
**Zentrum für Körperarbeit,**  
**Selbsterfahrung und Meditation**

Wolfgang Stamp  
 Dr. rer. nat. Dagmar Stamp  
 Klosterweg 5, 83022 Rosenheim  
 Telefon (0 80 31) 3 74 44 oder 77 15  
 eMail: aikido@dojo-stamp.de  
 http://www.dojo-stamp.de

Name \_\_\_\_\_

## Prüfungsordnung für Kinder (10. bis 5. Kyu)

In der nachfolgenden Tabelle ist jeweils der Prüfungsstoff beschrieben, den ein Schüler können muss, um den entsprechenden Kyu-Grad (Schüler-Grad) zu erhalten.

Tabelle 1: Prüfungsstoff

### 10. Kyu. Mindestalter: 7 Jahre (Verhalten, Grundlagen, 1 Haltegriff)

- Etikette im Dojo (Verneigen beim Betreten und Verlassen des Dojos, gegenüber dem Lehrer und dem Partner)\*
- Seiza (Korrektes Sitzen auf der Matte)\*
- Den Keiko-Gi (Trainingsbekleidung, Judo-Anzug) selbst anziehen, den Gürtel selbst binden\*
- Nikkyo und Kote-gaeshi als Dehnungsübung\*
- Ushiro Ukemi (rückwärts rollen), rechts und links\*
- Mae Ukemi (vorwärts rollen), rechts und links
- Ikkyo omote waza gg. 1. Form (ohne Tenkan, direkter Eingang.  
*Stichwort: „Wie einen Einkaufswagen nach unten fahren“)*

### 9. Kyu. Mindestalter: 8 Jahre (Grundlagen, 3 Würfe und Haltetechniken)

- Den Gürtel eines Anderen binden können\*
- Taisabaki (irimi-tenkan)\*
- Shikko (Kniegang) vorwärts\*
- Ukemi (Fallübungen) vorwärts und rückwärts, links und rechts\*
- Den Namen mindestens einer Technik auf japanisch sagen können\*
- über ca. 30 cm Höhe rollen können
- Ikkyo omote waza gg. 1. Form (Katate-tori-Ai-hanmi)  
*Stichwort: „Wie ein Einkaufswagen, nach unten fahren“*
- Ikkyo ura waza gg. 1. Form (Katate-tori-Ai-hanmi)  
*Stichwort: „Wie eine Wendeltreppe, den Partner nach unten führen“*
- Irimi Nage gg. 1. Form (Katate-tori-Ai-hanmi)  
*Stichwort: „Guter Freund, ich zeig Dir die ganze Welt, oben sind die Vögel, ...“*

## 8. Kyu. Mindestalter: 9 Jahre (Grundlagen, Kondition, 8 Würfe und Haltetechniken)

- Ikkyo Undo\*
- Shikko vorwärts und rückwärts\*
- Übung ohne Partner: Shiho nage omote waza\*
- Ukemi vorwärts und rückwärts (40 Mal)
- Ikkyo omote & ura waza, Irimi Nage und Kote Gaeshi gegen 1. Form (Katate-tori-Ai-hanmi) und gegen 5. Form (Shomen-Uchi)  
(Stichwort: „zur Schnecke einrollen“)
- Vier Techniken voneinander unterscheiden können (Ikkyo, Irimi-nage, Kote-gaeshi, Kaiten-nage) und eine davon ausführen können\*

## 7. Kyu. Mindestalter: 10 Jahre (Grundlagen, Kondition, 10 Würfe und Haltetechniken)

- Ukemi vorwärts und rückwärts (50 Mal)
- Tai Sabaki\*
- Suwari Waza Taisabaki
- Ikkyo omote\* & ura waza, Irimi Nage\*, Kotegaeshi & Soto Kaiten Nage gg. 1. Form (Katate-tori-Ai-hanmi) und gegen 5. Form (Shomen-Uchi)  
(Stichwort: „Großer Hebel hinter dem Rücken“)
- vom Trainer mehrmals geworfen werden

## 6. Kyu. Mindestalter: 11 Jahre (13 Würfe und Haltetechniken)

- Suwari Waza Taisabaki\*
- Ikkyo omote\* & ura waza, Irimi Nage\*, Kotegaeshi\* & Soto Kaiten Nage\* gg. 1. Form\* (Katate-tori-Ai-hanmi) und gegen 5. Form (Shomen-Uchi)
- Ten Shi Nage gg. 10. Form (Ryote tori), schnell werfen & ev. hart fallen!
- Shiho Nage omote & ura waza gg. 1. Form
- Stock: 13-Punkte-Kata
- vom Trainer mehrmals geworfen werden

Tabelle 2: Techniken und Angriffsformen  
(die weiteren Prüfungsinhalte siehe Tabelle 1)

Angriffsformen	Ai-hanmi-katate-tori 1. Angriffsform	Shomen-uchi 5. Angriffsform	Ryote-tori 10. Angriffsform
<b>Ikkyo omote-waza</b> <i>„Wie einen Einkaufswagen nach unten fahren“</i>	10	8	
<b>Ikkyo ura-waza</b> • <i>„Wie eine Wendeltreppe, den Partner nach unten führen“</i>	9	8	
<b>Irimi Nage</b> • <i>„Guter Freund, ich zeig Dir die ganze Welt, oben sind die Vögel, ...“</i>	9	8	
<b>Kote gaeshi</b> • <i>„Zur Schnecke einrollen“</i>	8	8	
<b>Kaiten nage</b> • <i>„Großer Hebel hinter dem Rücken“</i>	7	7	
<b>Shiho nage omote waza</b>	6		
<b>Shiho nage ura waza</b>	6		
<b>Tenshi nage</b>			6

Mit dem 6. Kyu wird die letzte Kinderprüfung abgelegt! Der 5. Kyu ist bereits eine Prüfung, die auch die Erwachsenen ablegen. Es kommt daher sehr auf die Genauigkeit der Bewegungen an! Eine weitere Voraussetzung für die Prüfung zum 5. Kyu ist die Mitgliedschaft im Aikikai Deutschland.

## 5. Kyu. Mindestalter: 13 Jahre (4 Würfe)

- Alle Techniken für den 6. Kyu benennen, unterscheiden und ausführen können
- Irimi Nage omote gg. 1. Form\*
- Shiho Nage omote waza gg. 1. Form\*
- Shiho Nage ura waza gg. 1. Form\*
- Kote Gaeshi gg. 1. Form\*

**Mit \* gekennzeichnete Techniken stammen aus der jeweiligen Aikikai-Prüfungsordnung.**