Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.18
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Shomen-Tsuki	Gerader Schlag von vorne
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.17
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Shomen-Uchi	Gerader Schlag von vorne und von oben auf den Kopf
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.16
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Yokomen-Uchi	Schräger Schlag von vorne an den Hals
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.15
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Ushiro-Katate-Tori-Kubi-Shime	Von hinten würgen und Griff zu einer Hand
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.14
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Ushiro-Eri-Tori	Griff von hinten in den Kragen
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.13
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Ushiro-Ryote-Tori	Von hinten Griff zu beiden Händen
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.12
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Ushiro-Ryokata-Tori	Von hinten mit beiden Händen an die Schultern
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.11
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Mune-Tori	Griff zum Revers
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.10
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Katate-Ryote-Tori	Zwei Hände fassen ein Handgelenk
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.09
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Ryote-Tori	Beide Hände greifen beide Hände
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.08
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Katate-Tori	Griff zu einer Hand, gekreuzt oder gleiche Seite
Verteidigungstechnik:	Kote-Mawashi	Armdrehhebel-Haltegriff
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (*Hebeltechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kote-Mawashi

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.07
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Shomen-Tsuki	Gerader Schlag von vorne
Verteidigungstechnik:	Kaiten-Nage (soto)	Schleuderwurf außen
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (*Wurftechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kaiten-Nage (soto)

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.06
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Shomen-Uchi	Gerader Schlag von vorne und von oben auf den Kopf
Verteidigungstechnik:	Kaiten-Nage (soto)	Schleuderwurf außen
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (*Wurftechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kaiten-Nage (soto)

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.05
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Katate-Tori	Griff zu einer Hand, gekreuzt oder gleiche Seite
Verteidigungstechnik:	Kaiten-Nage (soto)	Schleuderwurf außen
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (*Wurftechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kaiten-Nage (soto)

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.04
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Shomen-Tsuki	Gerader Schlag von vorne
Verteidigungstechnik:	Irimi-Nage	Kuscheltechnik ;-D
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (*Wurftechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Irimi-Nage

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.03
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Shomen-Uchi	Gerader Schlag von vorne und von oben auf den Kopf
Verteidigungstechnik:	Irimi-Nage	Kuscheltechnik ;-D
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (*Wurftechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Irimi-Nage

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.02
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Yokomen-Uchi	Schräger Schlag von vorne an den Hals
Verteidigungstechnik:	Irimi-Nage	Kuscheltechnik ;-D
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (*Wurftechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Irimi-Nage

3. Kyu(GRÜN)

Aikido-Prüfungsvorbereitung

Gürtelfarbe:	GRÜN	Kennziffer: 3.01
Kyu-Grad:	3. Kyu	
Angriffstechnik:	Ushiro-Ryote-Tori	Von hinten Griff zu beiden Händen
Verteidigungstechnik:	Irimi-Nage	Kuscheltechnik ;-D
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (*Wurftechnik*)
Meister/in		

Datum	Notizen

Irimi-Nage

3. Kyu(GRÜN)