

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.19
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Shomen-Tsuki	Gerader Schlag von vorne
Verteidigungstechnik:	Ude-Kime-Osae	ohne Übersetzung
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (Hebeltechnik)
Meister/in		

Datum	Notizen

*Ude-Kime-Osae
1. Dan(SCHWARZ)*

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.18
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Yokomen-Uchi	Schräger Schlag von vorne an den Hals
Verteidigungstechnik:	Ude-Kime-Osae	ohne Übersetzung
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (Hebeltechnik)
Meister/in		

Datum

Notizen

A grid of horizontal lines for notes and date, consisting of 2 columns and 20 rows.

Ude-Kime-Osae
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.17
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Katate-Tori	Griff zu einer Hand, gekreuzt oder gleiche Seite
Verteidigungstechnik:	Ude-Kime-Osae	ohne Übersetzung
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (<i>Hebeltechnik</i>)
Meister/in		

Datum	Notizen
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Ude-Kime-Osae
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.16
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Yoko-Tsuki (soto)	Von der Seite zustechen
Verteidigungstechnik:	Ude-Garami	ohne Übersetzung
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (<i>Hebeltechnik</i>)
Meister/in		

Datum

Notizen

Ude-Garami
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.15
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Shomen-Uchi	Gerader Schlag von vorne und von oben auf den Kopf
Verteidigungstechnik:	Ude-Garami	ohne Übersetzung
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Katame-Waza (<i>Hebeltechnik</i>)
Meister/in		

Datum

Notizen

Blank lined area for writing notes.

Ude-Garami
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.13
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Shomen-Tsuki	Gerader Schlag von vorne
Verteidigungstechnik:	Ude-Kime-Nage	ohne Übersetzung
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (<i>Wurftechnik</i>)
Meister/in		

Datum

Notizen

Ude-Kime-Nage
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.12
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Yokomen-Uchi	Schräger Schlag von vorne an den Hals
Verteidigungstechnik:	Ude-Kime-Nage	ohne Übersetzung
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (<i>Wurftechnik</i>)
Meister/in		

Datum

Notizen

Blank area for writing the date and notes, consisting of multiple horizontal lines.

Ude-Kime-Nage
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.11
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Katate-Ryote-Tori	Zwei Hände fassen ein Handgelenk
Verteidigungstechnik:	Ude-Kime-Nage	ohne Übersetzung
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (<i>Wurftechnik</i>)
Meister/in		

Datum	Notizen
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Ude-Kime-Nage
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.09
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Ushiro-Katate-Tori	von hinten umklammern
Verteidigungstechnik:	Kokyu-Nage	Atemkraftwurf
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (<i>Wurftechnik</i>)
Meister/in		

Datum

Notizen

Kokyu-Nage
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.08
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Ushiro-Ryokata-Tori	Von hinten mit beiden Händen an die Schultern
Verteidigungstechnik:	Kokyu-Nage	Atemkraftwurf
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (<i>Wurftechnik</i>)
Meister/in		

Datum

Notizen

Blank lines for writing the date and notes.

Kokyu-Nage
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.06
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Ryote-Tori	Beide Hände greifen beide Hände
Verteidigungstechnik:	Kokyu-Nage	Atemkraftwurf
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (<i>Wurftechnik</i>)
Meister/in		

Datum	Notizen

Kokyu-Nage
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.05
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Ryote-Tori	Beide Hände greifen beide Hände
Verteidigungstechnik:	Sumi-Otoshi	Eckenkippe
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (<i>Wurftechnik</i>)
Meister/in		

Datum

Notizen

Sumi-Otoshi
1. Dan(SCHWARZ)

Aikido-Prüfungsvorbereitung



Gürtelfarbe:	SCHWARZ	Kennziffer: 1D.04
Kyu-Grad:	1. Dan	
Angriffstechnik:	Katate-Tori	Griff zu einer Hand, gekreuzt oder gleiche Seite
Verteidigungstechnik:	Sumi-Otoshi	Eckenkippe
Ausführung:	Irimi / Tenkan	Nage-Waza (<i>Wurftechnik</i>)
Meister/in		

Datum

Notizen

Horizontal lines for writing notes, organized into two columns under the 'Datum' and 'Notizen' headers.

Sumi-Otoshi
1. Dan(SCHWARZ)

