

Prüfungen

Für den einen sind sie lästige Pflicht, für den anderen die Möglichkeit, sich zu profilieren: Prüfungen rufen bei den Übenden ein unterschiedliches Echo hervor. Doch wenn sie richtig verstanden werden, können Prüfungen ein wichtiger Meilenstein auf dem Weg der eigenen Entwicklung sein. Ganzheitlich betrachtet soll Aikido nicht „nur“ effektive Kampfkunst unterrichten, sondern unser gesamtes Wesen prägen. Hierzu gehören auch Selbstbewusstsein und innere Stärke. Und genau dies ist notwendig, um den auftretenden Prüfungsstress zu überwinden. Zusätzlich werden in der Prüfungssituation die einzelnen Techniken mit besonders hoher Aufmerksamkeit und Konzentration gezeigt, wie es im „normalen“ Training nicht möglich ist. Und genau diese Aufmerksamkeit ermöglicht eine konstruktive Kritik am Prüfling: es zeigt sich, dass sich die in diesem Zusammenhang geäußerten Anregungen effektiver und bleibender einprägen.

Die richtig verstandene und angewandte Technik stellt einen Spiegel für die eigene Leistungsfähigkeit und das Vorwärtskommen dar. Als Wegmarken zeigen die einzelnen Prüfungen den aktuellen Entwicklungsstand; als Gesamtsystem stellen die Prüfungen bis zum Meistergrad sicher, dass alle unterschiedlichen Aspekte und Varianten einer Aikido-Technik geübt werden. Dabei kommt es nicht darauf an, dass die in der Prüfung gezeigt Form die einzig wahre für „das Aikido“ ist. Sie stellt vielmehr eine Art Grundform oder Basis dar, die zwar strengen Regeln unterliegt, aber auf die aufbauend die unterschiedlichsten Kombinationen möglich werden. Somit ist nicht nur der Aufbau der Prüfung, sondern auch die jeweilige Technik von der entsprechenden Aikido-Organisationen abhängig, der man angeschlossen ist. Der Aikikai Bamberg e.V. richtet sich gemäß seiner Verbandszugehörigkeit nach der Prüfungsordnung des Aikikai Deutschland – Fachverband für Aikido e.V.

Prüfungen in unserem Verein

Voraussetzung für die Teilnahme an Prüfungen ist:

- die Mitgliedschaft im Aikikai Deutschland (Aikido Dachverband),
- Besitz eines Kinder- bzw. Erwachsenenpasses mit in Folge gültiger Jahressichtmarke,
- Beherrschung der erforderlichen Techniken
- und die entsprechende allgemeine Reife im Aikido.

Die Prüfungen erfolgen entweder während der regulären Trainingszeiten oder bei Lehrgängen mit dem Bundestrainer des Aikikai Deutschland.

Nach bestandener Prüfung wird Prüfungsort/-datum mit Unterschrift des Prüfers in den Pass eingetragen. Bei den Kindergraden (10. – 6. Kyu) wird eine Urkunde überreicht sowie der Gürtel gegen einen entsprechend farblich markierten getauscht (10.Kyu-gelb, 9.Kyu-orange, 8.Kyu-grün, 7.Kyu-blau, 6.Kyu-braun). Die Kinderpässe werden aus organisatorischen Gründen beim Jugendleiter aufbewahrt.

Die Prüfungsgebühr beträgt

10. Kyu bis 6. Kyu	2,50 €
5. Kyu bis 1. Kyu	5,00 €
ab 1. Dan	10,00 €

Prüfungen

Prüfungsordnung des Aikikai Deutschland:

Kihon Nage-waza (grundsätzliche Wurftechniken)	Methode des Angriffs							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Shihonage	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	1. Dan
Kotegaeshi	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	1. Dan
Iriminage	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	1. Dan
Kaitennage	4. Kyu	4. Kyu	3. Kyu *		2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	
Tenchinage		4. Kyu	3. Kyu		2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	1. Dan

* aus der 2. Angriffsform: Verschiedene Kaitennage

Kihon Katame- waza (grundsätzliche Haltetechniken)	Methode des Angriffs							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Ikkyo	4. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	1. Dan
Nikyo	3. Kyu	3. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	1. Dan
Sankyo	2. Kyu	2. Kyu	2. Kyu	2. Kyu	2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	1. Dan
Yonkyo	1. Kyu	1. Kyu	1. Kyu	1. Kyu	2. Kyu	1. Kyu	1. Dan	1. Dan
Gokyo					1. Dan	1. Dan		

Weitere Techniken für 1. Dan:

Suwari-Waza

Koshi-Waza

Tanto-Dori

Stock-Techniken

Methoden des Angriffs:

- | | | | |
|---|-------------------------|----|--|
| 1 | Ai-hanmi-katate-tori | 9 | Katate-ryote-tori |
| 2 | Gyaku-hanmi-katate-tori | 10 | Ryote-tori |
| 3 | Kata-tori-men-uchi | 11 | Ryohiji-tori |
| 4 | Mune-tori | 12 | Ryokata-tori |
| 5 | Shomen-uchi | 13 | Ushiro-ryote-tori |
| 6 | Yokomen-uchi | 14 | Ushiro-ryohiji-tori |
| 7 | Chudan-tsuki | 15 | Ushiro-ryokata-tori |
| 8 | Ushiro-katate-eri-tori | 16 | Ushiro-katate-kubi-shime-
katate-tori |