

Sięsiān 合氣道

WYMAGANIA

6 KYU

III POZIOM

TAI SABAKI

- SHIKKO

UKEMI WAZA

- USHIRO KAITEN UKEMI
- ZEMPO KAITEN UKEMI

MOCHI WAZA

- RYOTE TORI

UCHI WAZA

- TSUKI

SUWARI WAZA

- RYOTE TORI
- KOKYU HO

TACHI WAZA

- RYOTE TORI
- TENCHI NAGE
- SHOMEN UCHI
- IKKYO

NE WAZA

- YOKO SHIHO GATAME

PORUSZANIE

- PORUSZANIE KLĘCZNE

PADY I PRZEWROTY

- PRZEWRÓT PRZEZ RAMIĘ W TYŁ
- PRZEWRÓT PRZEZ RAMIĘ W PRZÓD,
ZAKOŃCZONY PADEM

UCHWYTY

- UCHWYT OBU RĘCZ (2 ZA 2 RĘCE)

UDERZENIA

- CIOS PROSTY

TECHNIKI NA SIEDZĄCO

- UCHWYT OBU RĘCZ
- KIEROWANIE 'ODDECHEM'

TECHNIKI NA STOJĄCO

- UCHWYT OBU RĘCZ
- RZUT 'NIEBO - ZIEMIA'
- UDERZENIE Z GÓRY W GŁOWĘ
- PIERWSZE UNIERUCHOMIENIE

TECHNIKI NA LEŻĄCO

- TRZYMANIE BOCZNE

+ znajomość etykiety Dojo