



Graderings-skjema for Norges Aikido Forbund

	6. KYU	5. KYU	4. KYU	3. KYU	2. KYU	1. KYU
Minimumskrav for gradering	40 treningsøkter og 4 mnd. trening	40 treningsøkter og 6 mnd. etter 6.kyu	50 treningsøkter og 6 mnd. etter 5.kyu	70 treningsøkter og 1 år etter 4.kyu	60 treningsøkter og 6 mnd. etter 3.kyu	70 treningsøkter og 6 mnd. etter 2.kyu
Tandoku dosa (individuelle øvelser)	Hidari-Kamae Migi-Kamae Mae Ukemi Ushiro Ukemi Shikko	Kaiten Irimi Tenkan Irimi-tenkan	Torifune & Furitama Irimi-sokumen	Ikkyo shihogiri	Shomen uchi shihogiri	Ikkyo Happogiri Shomen uchi happogiri
Katatedori Gyakuhanmi	Shihonage (T)	Ikkyo (T) Nikyo (T) Tenchinage (T) Sumiotoshi (T)	Uchi kaiten nage (T) Iriminage (T) Kotegaeshi (T) Kokyuhu (T) Kokyunage (T)	Shihonage (H) Udekimenage (T) Jiyu waza (T)	Soto kaiten nage (T)	Koshinage (T)
Katatedori Aihanmi	Ikkyo (T)	Iriminage (T)	Nikyo (T)	Sankyo (T) Yonkyo (T) Shihonage (T) Kotegaeshi (T)		Uchi kaiten sankyo (T) Koshinage (T)
Shomen uchi	Ikkyo (TS) Iriminage (TS)	Nikyo (TS)	Sankyo (TS) Yonkyo (TS) Kotegaeshi (T)	Sumiotoshi (T)	Soto kaiten nage (T)	Iriminage (H) Kotegaeshi (H)
Yokomen uchi		Ikkyo (T)	Iriminage (T)	Shihonage (T) Kotegaeshi (T)	Ikkyo (S) Nikyo (TS) Sankyo (TS) Yonkyo (TS)	Gokyo (TS)
Tsuki			Iriminage (T) Kotegaeshi (T)	Ikkyo (T)	Shihonage (T)	Nikyo (T) Sankyo (T) Yonkyo (T) Idehishigi (T) Soto kaiten nage (T)
Ryotedori	Kokyuhu (S)	Tenchinage (T) Sumiotoshi (T)	Shihonage (T)	Kokyuhu (T) Ikkyo (T) Iriminage (T)	Nikyo (T) Sankyo (T) Yonkyo (T) Kokyunage (T) Shihonage (H)	Jiyu waza
Morotedori		Kokyuhu (T)	Kokyunage (T)	Ikkyo (T) Nikyo (T) Kotegaeshi (T) Iriminage (T)	Udegarami juji nage (T)	Jiyu waza
Katadori			Ikkyo (TS) Nikyo (TS)	Sankyo (TS) Yonkyo (TS)		Jiyu waza
Ushiro Ryotedori				Ikkyo Shihonage	Nikyo Sankyo Yonkyo Iriminage	Kotegaeshi Koshinage Udegarami juji nage

T = Tachiwaza
H = Hanmi handaci
S = Suwariwaza

For hver grad skal eksaminanten kunne utføre de teknikker som er listet pluss alle teknikker for foregående graderinger.

SHODAN	NIDAN	SANDAN
Minimum ett år etter oppnådd 1. Kyu	Normaltiden er fire år etter oppnådd Shodan	Normaltiden er fire år etter oppnådd Nidan
Som 1. Kyu pluss Tantodori og Futarigake.	Som Shodan pluss Jiyu waza, Futaridori, Tachidori og Jodori.	Som Nidan pluss Tanninzugake.