

## 1 дан (shodan - черный пояс)

<b>Kihon</b>	<b>Aiki ken</b>
<p>Tsuki chudan – Ikkyo (kihon) Tsuki chudan – Nikyo (kihon) Tsuki chudan – Sankyo (kihon) Tsuki chudan – Yonkyo (kihon) Tsuki chudan – Gokyo (kihon) Tsuki chudan – Hiji kime osae (kihon) Tsuki chudan – Iriminage (kihon) Tsuki chudan – Kotegaeshi (kihon) Maegeri chudan – Ashi hineri (kihon) Hammi handachi maegeri chudan – Ashi hineri (kihon)</p> <p>Yokomen uchi — Shiho nage (обезоруживание – tanto dori) (kihon) Yokomen uchi — Shiho nage (обезоруживание – tachi dori) (kihon)</p>	<p>Aiki ken:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Sankaku Irimi</li><li>2. Chokusen Irimi</li><li>3. Kiri Gaeshi</li><li>4. Irimi-Tenkan</li><li>5. Tenkan Irimi</li><li>6. Uke Gaeshi</li><li>7. Shiho Giri</li><li>8. Kote Gaeshi</li><li>9. Gedan irimi</li><li>10. Irimi jodan</li><li>11. Tsuba Zeriai</li><li>12. Kiri Otoshi</li></ol>
<b>Jiyu waza</b>	<b>Randori</b>
<p>Работа против одного противника, форму атаки назначает экзаменатор.</p>	<p>Работа против 1 противника вооружённого ножом Работа против 1 противника вооружённого боккеном Работа против 1 противника вооружённого джо</p>