

6 кю (белый пояс, 3 зеленых ленты)

Aikijujutsu	Tanto dori	Jojutsu	Kenjutsu
<p>Физическая подготовка:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Пятнадцать отжиманий на seiken - Десять приседаний с maegeri - Пятнадцать пресс - Десять прыжков с отмахкой - Три ukemi с maegeri - Mae ukemi через одного <p>Ukemi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Все виды ukemi и все возможные варианты <p>Ashi sabaki:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aumi ashi - Tsugi ashi - Suri ashi - Okuri ashi <p>Tai sabaki:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tenkan ashi - Koho tenkan ashi - Yoko tenkan - Ushiro tenkan - Zenpo tenkan ashi - Kokyu tenkan ho - Kokyu no henka <p>Форма атаки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oi tsuki (chudan, jodan) <hr/> <p>Tsuki chudan – Ikkyo (kihon)</p>		<p>Ритуал</p> <p>Варианты стоек:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Базовая стойка - Базовое положение - Первое промежуточное положение - Второе промежуточное положение <p>Форма атаки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Shomen uchi - Yokomen uchi - Tsuki (chudan, jodan) - Suihei ushi <p>(с элементами Ashi sabaki - Aumi ashi, Tsugi ashi)</p> <p>Манипуляции 7-10</p>	<p>Ритуал</p> <p>Вынимание и вкладывание меча</p> <p>Форма атаки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Shomen uchi - Yokomen uchi - Tsuki (chudan, jodan) <p>(с элементами Ashi sabaki - Aumi ashi, Tsugi ashi)</p>