

8. KYU (Keltainen) VAATIMUKSET – kumulatiivinen versio

Vähimmäisaika 9. kyun kokeeseen harjoittelun aloittamisesta on 3 kuukautta ja 24 harjoitusta. Normaalisti alkeiskurssin opetusmäärä tähtää tähän vyöarvoon, jolloin alkeiskurssin opetussuunnitelma tähtää tämän vyöarvon tietoihin ja taitoihin.

Kihon:

Tachi

- 10. kyu: Fudo Dachi (Yoi dachi), Musubi Dachi, Sanchin Dachi, Zenkutsu Dachi
- 9. kyu: Kiba Dachi, Kokutsu Dachi
- 8. kyu: Heisoku Dachi

Uke

- 10. kyu: Seiken Gedan Barai, Seiken Jodan Uke
- 9. kyu: Seiken Chudan Soto Uke, Seiken Chudan Uchi Uke
- 8. kyu: Shuto Mawashi Uke, Tetsui Oroshi Uke

Tsuki

- 10. kyu: Oi Tsuki (Jun Tsuki)
- 9. kyu: Seiken Jodan Tsuki
- 8. kyu: Seiken Gyaku Tsuki, Seiken Gedan Tsuki

Uchi

- 10. kyu: Shuto Oroshi, Yoko Shuto Uchi
- 9. kyu: Shuto Hizo Uchi, Ushiro Empi Uchi (*itsepuolustus tekniikan yhteydessä*)
- 8. kyu: Mae Empi Uchi, Shuto Mawashi Uchi, Tetsui Oroshi Uchi

Keri

- 10. kyu: Kin Geri
- 9. kyu: Kakato Geri, Mae Geri (Kekomi)
- 8. kyu: Chusoku Mawashi Geri, Haisoku Mawashi Geri, Mae Hiza Geri, Sokuto Fumi Komi Geri, Yoko Geri (Kekomi)

Kihon Waza askeltaen:

Zenkutsu Dachi

- 10. kyu: Gedan Barai, Jodan Uke, Oitsuki

Kokutsu Dachi

- 9. kyu: Maegeri
- 8. kyu: Shuto Mawashi Uke

Kata:

- 10. kyu: Taikyoku I
- 9. kyu: Taikyoku II, Taikyoku III
- 8. kyu: Pinan I

Bunkai:

9. kyu: Perus bunkai Taikyoku I,II ja III

Goshin-jutsu:

Kuristukset

- 10. kyu: kahden käden kuristus edestä > Zenkutsu Dachi, Shuto Yoko Uchi (kaulaan)
- 9. kyu: kahden käden kuristus takaa > Zenkutsu Dachi, Shuto Hizo Uchi
- 9. kyu: niskalenkki sivulta > irtautuminen
- 9. kyu: yhden käden kuristus takaa > Yoko Gari

Rinnusotteet

- 8. kyu: kahden käden rinnusote > askel Zenkutsu Dachi, Shuto Oroshi
- 8. kyu: yhden käden rinnusote > askel Zenkutsu Dachiin, Soto Uke > Tetsui Uchi > Gyaku Tsuki

Tartunnat ranteista

- 10. kyu: kahden käden ranneote edestä Torin kädet alaspäin > irtautuminen
- 10. kyu: kahden käden ranneote edestä Torin kädet ylöspäin > irtautuminen
- 10. kyu: yhden käden ranneote peilikuva Uken rystyset ulospäin > irtautuminen
- 10. kyu: yhden käden ranneote peilikuva Uken rystyset sisäänpäin > irtautuminen
- 9. kyu: kahden käden ranneote takaa > Kuzushi > irtautuminen > Ushiro Empi > Shuto Gedan Uchi
- 9. kyu: yhden käden ranneote ristikkäinen Uken rystyset ulospäin > irtautuminen
- 9. kyu: yhden käden ranneote ristikkäinen Uken rystyset sisäänpäin > irtautuminen

Karhunlukot

- 10 kyu: karhunlukko käsien alta edestä > irtautuminen / atemi (painetaan kurkkutorven sivuilta)
- 8. kyu: karhunlukko käsien alta takaa vyötärön korkeudelta > Hiza Kansetsu

Lyönnit ja potkut

- 8. kyu: Yoko Geri > Tetsui Oroshi Uke > vastaisku
- 8. kyu: koukku sivulta > Shuto Mawashi Uke > Shuto Mawashi Uchi

Muut tartunnat

- 8. kyu: peilikuvakäsi olkapäällä edestä > Shuto Hizo Uchi > Empi Oroshi Uchi
- 8. kyu: käsi kiinni hihasta olkavarren korkeudelta (peilikuva ja ristikkäinen) > Yoko Shuto Uchi > Gyaku Tsuki > Gedanbarai Uchi

Aseitsepuolustus:

Veitsi

- 8. kyu: veitsen kärki kurkulla > Taisabaki > Ko Gaeshi Nage

Käsiase

- 8. kyu: osoittaa edestäpäin rintakehän korkeudella > perusirtautuminen > Atemi > etäisyys

Taiso:

9 kyu: Perusymmärrys venyttelystä ja yleisimmistä lihaskunto harjoitteista.

Yleistieto:

- 10. kyu: Dojo etiketti: harjoituksiin liittyvät kumarrukset, arvonimet
- 8. kyu: IKA organisaation yleinen tausta, oman dojon Senseiden nimet ja vyöarvot

Tarkennukset:

Tekniikoiden suorittamisessa tärkeintä oikeat liikeradat, irtautumisissa Uke ei laita vastaan, pieni viive irtautumistekniikoissa sallittu, Goshin-jutsun kohdalla riittää pelkkä irrottautuminen