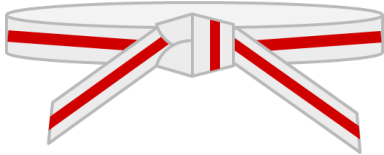




Graderingsystem

Årskurs 1 till 6

BARNGRADERINGSSYSTEM VERSION 7.1. GÄLLER FR.O.M. 2023-11-21.



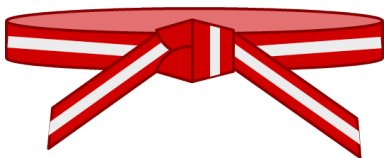
12:e mon - Vitrött bälte

Grundtekniker

Junzuki
Gyakuzuki
Jodanuke
Maegeri
Mawashigeri

Kumite

Ippongumite jodan 1



11:e mon - Röd Vitt bälte

Grundtekniker

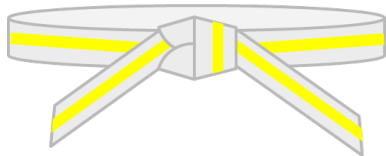
Junzuki
Gyakuzuki
Gedanbarai
Jodanuke
Mawashigeri
Maegeri

Kombinationer

Maegeri - Gyakuzuki Häl nere

Kata

Taikyoku Shodan



10:e mon - Vitgult bälte

Grundtekniker

Kette gyakuzuki
Yoriashi kizamizuki
Maegeri

Kombinationer

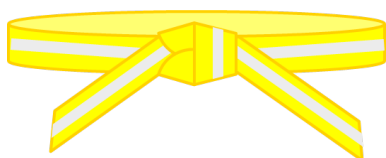
Maegeri - Mawashigeri - Gyakuzuki

Kumite

Sanbongumite maegeriuke 1

Kata

Pinan Nidan



9:e mon - Gulvitt bälte

Grundtekniker

Kette junzuki
Kette gyakuzuki
Uraken ^{Steg fram}

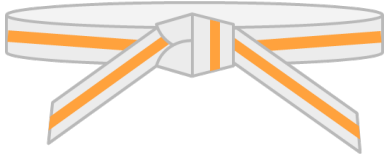
Kombinationer

Yoriashi kizamizuki jodan - Gyakuzuki

Kata

Pinan Nidan

Jiyu kumite



8:e mon - Vitorange bälte

Grundtekniker

Junzuki no tsukkomi

Yoriashi uraken

Sokutogeri

Kombinationer

Maegeri - Sokutogeri - Gyakuzuki

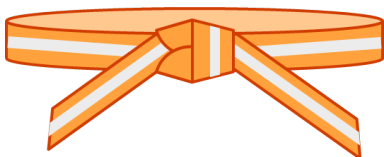
Kumite

Ohyogumite 1

Kata

Pinan Shodan

Jiyu kumite



7:e mon - Orangevitt bälte

Grundtekniker

Junzuki no tsukkomi

Gyakuzuki no tsukkomi

Shutouke

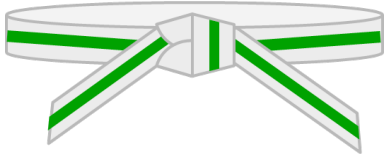
Kombinationer

Kizamizuki - Gyakuzuki - Surikomi maegeri

Kata

Pinan Shodan

Jiyu kumite



6:e mon - Vitgrönt bälte

Grundtekniker

Kette gyakuzuki no tsukkomi

Ushirogeri

Sokutogeri

Kombinationer

Maegeri - Mawashigeri - Ushirogeri - Gyakuzuki

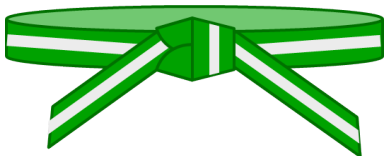
Kumite

Ohyogumite 2

Kata

Pinan Sandan

Jiyu kumite



5:e mon - Grönvitt bälte

Grundtekniker

Kette junzuki no tsukkomi

Kette gyakuzuki no tsukkomi

Sokutogeri

Kombinationer

Maegeri - Gyakuzuki - Mawashigeri - Gyakuzuki

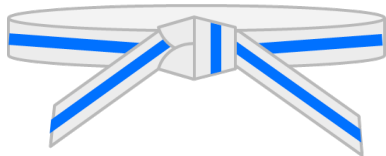
Kumite

Ohyogumite 1

Kata

Pinan Sandan

Jiyu kumite



4:e mon - Vitblått bälte

Grundtekniker

Junzuki
Gyakuzuki
Tobikomizuki
Nagashizuki

Kombinationer

Yoriashi kizamizuki - Gyakuzuki - Surikomi maegeri - Nagashizuki

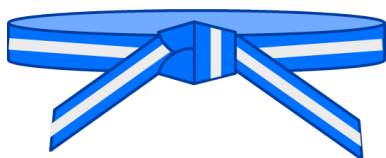
Kumite

Sanbongumite jodanuke 3, 4

Kata

Pinan Yondan

Jiyu kumite



3:e mon - Blåvitt bälte

Grundtekniker

Kette junzuki
Kette gyakuzuki
Tobikomizuki
Nagashizuki

Kombinationer

Maegeri - Nagashizuki - Gyakuzuki

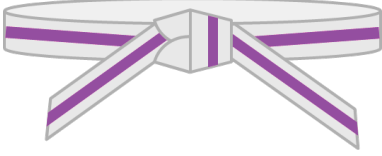
Kumite

Ohyogumite 4

Kata

Pinan Yondan

Jiyu kumite



2:a mon - Vitlila bälte

Grundtekniker

Junzuki no tsukomi

Gyakuzuki no tsukomi

Tobikomizuki

Nagashisuzuki

Maegeri

Sokutogeri

Kombinationer

Surikomi maegeri - Mawashigeri - Ushirogeri - Gyakuzuki

Kumite

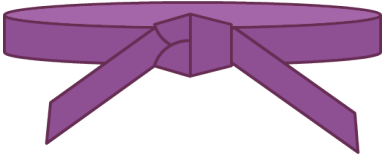
Sanbongumite jodanuke 4

Sanbongumite maegeriuke 5

Kata

Pinan Godan

Jiyu kumite



1:a mon - Lila bälte

Grundtekniker

Junzuki no tsukomi

Gyakuzuki no tsukomi

Tobikomizuki

Nagashisuzuki

Maegeri

Sokutogeri

Kombinationer

Mikazukigeri - Mawashigeri - Gyakuzuki

Kumite

Sanbongumite jodanuke 3

Sanbongumite maegeriuke 2

Kata

Pinan Godan

Jiyu kumite

Beskrivningar, partekniker

Ippongumite jodan

1. Jodanuke, gyakuzuki

Ippongumite chudan

1. Gedanbarai, maegeri

Sanbongumite jodanuke

1. Jodanuke, jodanuke, haishu uke agezuki jodan, empi
2. Jodanuke, jodanuke, hijisuriuke, hizageri
3. Jodanuke, jodanuke, nagashizuki, mawashigeri
4. Jodanuke, jodanuke, ude uke, uraken, haito

Sanbongumite maegeriuke (endast avslutande tekniker)

1. V. sukuiuke
2. H. sukuiuke
3. V. sukuiuke (att. surikomi maegeri)
4. V. empiuke, tatezuki
5. H. haraiuke
6. V. haraiuke (att. surikomi maegeri)

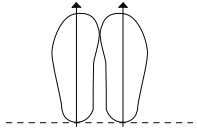
Ohyogumite

1. Zenshinshite jodan renzuki chudan, ashibarai, gyakuzuki
2. Yoriashi gyakuzuki, ashibarai, gyakuzuki
4. Uraken, gyakuzuki, hizageri, otoshi empi

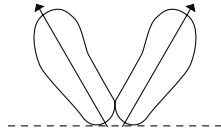
Ordlista

Ashi	Fot, ben	Mawatte	Vänd om
Ashibarai	Fotsvep	Nagashi	Undanglidande
Ayumiashi	Ett steg fram	Nidangeri	Dubbelspark
B(h)arai	Svepande teknik	Nukite	Spjuthand
Budo	"Kampens väg"	Ohyo	Tillämpning
Bunkai	Tillämpning av kata	Otoshi	Nedåt, fallande
Chudan	Mage och bröstkorg	Rei	Hälsning
D(t)achi	Ställning	Renraku waza	Kombinationsteknik
Do	Väg, riktning	Seichusen	Korrekt centerlinje
Dojo	Träningslokal	Seiken	Knytnäve
Empi	Armbågsslag	Seiretsu	Ställ upp på linje
G(k)amae	Hållning	Seizan	Sitt i seiza-ställning
Gedan	Lägre nivå	Sempai	Hjälpinstruktör
G(k)eri	Spark	Sensei	Instruktör (senior)
Gyaku	Motsatt sida	Shomen	Framåt
Hai	Ja!	Shotei	Slag med öppen hand
Hajime	"Sätt igång"	Shuto	Handkanten
Hidari	Vänster	Sokuto	Hälens yttre kant
Hiji	Armbåge	Soto	Inne, inifrån
Hizageri	Knäspark	Taisabakiwaza	Kroppsförflyttning
Idori	Sittande partekniker	Tettsui	Hamarnäve
Iie	Nej!	Tobigeri	Hoppspark
Irimi	Att ta sig in	Uchi	Huggande/cirkulär teknik, ute, utifrån
Jodan	Övre nivå	Uke	Blockering, försvar
Kai	Sammanslutning	Ura	Bakvänd, "insida"
Kakato	Häl	Uraken	Slaghandens baksida
Karateka	Karateutövare	Ushiro	Bakåt
Kata	Mönster, form	Ushirogeri	Bakåtspark
Kiai	Ett skrik	Wa	Harmoni, fred, japansk
Kihon	Grund	Wadoryu	Harmoniska vägens stil
Kiritsu	Ställ upp i givaktställning	Waza	Teknik
Kizamizuki	Jabb (med främre)	Yoi	Var redo!
Kumite	"Att utväxla tekniker"	Yokogeri	Sidspark
Kyu	Elev, elevgrad	Yoriashi	En förflyttning, främre foten går först
Maai	Avstånd	Zanshin	Medvetenhet
Maegeri	Frontspark	Zuki (tsuki)	Rakt slag
Mawashigeri	Rundspark		

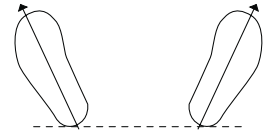
Vanliga ställningar



Heisokudachi



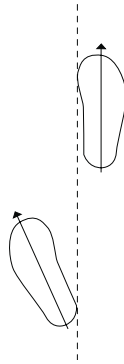
Musubidachi



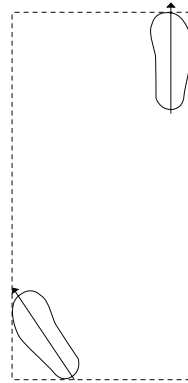
Shizentaidachi



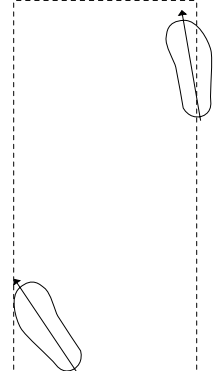
Shikodachi



(Migi) Shizentaidachi



Junzucidachi



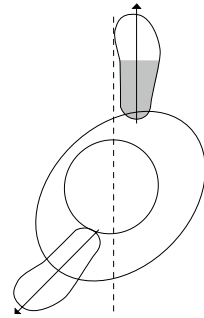
Gyakuzucidachi



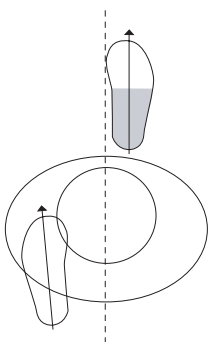
Junzuki no tsukkomidachi



Gyakuzuki no tsukkomidachi



Mahanmi no nekoashidachi



Mami no nekoashidachi



Tate seishan dachi



Yoko seishan dachi

Anteckningar