SHIN SHIN TOITSU AIKIDO

Critères d'examen pour les enfants de 9 ans à 14 ans

Kyu	Ki + Respiration	Hitori Waza (*)	Kumi Waza	Aide
10	Debout et garder le point unique En Seiza En se levant Bras impliable	ushiro ukemi zempo kaiten waza udefuri waza udefuri chuyaku waza	katatekosadori kokyu nage munatsuki koteoroshi kokyu dosa	Mains croisées Coup de poing En seiza
9	S'asseoir en Seiza Passer en Agura Kenko Taiso	udemawashi waza ikkyo waza zengo waza	katatedori shihonage (irimi-tenkan) katatedori ryotemochi kokyunage enundo katatedori ryotemochi koteoroshi	Mains en face Deux mains sur une -
8	Main en avant sur une jambe Bras Impliable Marcher en étant retenu Kenko Taiso	tenkan waza sayu waza sayu chuyaku waza	katatedori tenkan kokyunage shomenuchi kokyunage shomenuchi koteoroshi shomenuchi zemponage	- Attaque sur haut de tête - -
7	Plier le tronc en avant Remonter le tronc en arrière Kenko Taiso	ushirotekubikosa zenshinwaza ushirotekubikosa koshinwaza tekubikosawaza funakogiwaza	katadori ikkyo irimi-tenkan ushirotekubidori kokyunage ushirotekubitori koteoroshi ushirotekubitori ikkyo tenkan ryotedori kokyunage ryotedori zemponage	Tenir l'épaule Mains par derrière - - Deux mains sur deux mains -
6	Corps insoulevable Poussée en Agura Kenko Taiso	happo waza	yokomenuchi kokyunage yokomenuchi koteoroshi yokomenuchi shihonage irimi-tenkan 3 Ukés attaquent en muna tsuki 3 Ukés attaquent en yokomenuchi	Attaque en diagonale - - Mode Randori -

Les grades sont organisés du 10ème Kyu au 6ème Kyu pour les enfants, puis du 5ème Kyu au 1er Kyu pour les adultes avant d'atteindre le programme des Dan (Ceinture noire). La couleur de la ceinture n'est qu'une indication au sein du groupe enfant ou adulte.
L'examen de KI a lieu en Décembre et les Wazas en Juin. Le Ki et Hitori waza se refont depuis le début jusqu'au niveau demandé. (*) L'élève peut présenter le processus complet s'il le connait.
Les enfants avant 9 ans passeront des examens à discrétion des professeurs pour obtenir des ceintures Blanche + couleur.
Les adolescents de plus de 14 ans ou les enfants ayant atteint le 6ème Kyu peuvent accéder à l'examen du 5ème Kyu des adultes.