

ВОПРОСЫ ПО АЙКИДО:

1. Какой вид Будо ты изучаешь?

Айкидо – Путь достижения гармонии энергии, ума и души.

Ай – любовь, гармония. **Ки** – энергия. **До** – путь, дорога.

2. Кто основатель Айкидо?

О-сэнсэй Морихей Уэсиба 10-й Дан.

2. Какое направление Айкидо ты изучаешь?

Ёшинкан – Место для развития и совершенствования Духа.

Ё (Йо) – Развитие. **Шин** (Син) – Дух, Божественность. **Кан** – Дом, Место, Школа.

3. Кто основатель Ёшинкан Айкидо?

Канчо Годзо Шиода 10-й Дан. (1915 – 1994 гг.)

4. Как называется Школа Айкидо которую ты изучаешь?

Шудокан – Школа Постижения Пути.

Шу – Постигание, Развитие. **До** – Путь, Дорога. **Кан** – Дом, Место, Школа.

5. Кто основатель Шудокан Айкидо?

Канчо Раджах Тамби, 9-й Дан Ёшинкан Айкидо.

6. В каком году зарегистрирован Институт Шудокан Айкидо?

В начале 1952 года в г. Серембам (Малайзия).

7. Кто главный инструктор Мира по Шудокан Айкидо?

Шихан Джо Тамбу 7-й Дан Ёшинкан Айкидо.

8. Кто главный инструктор Европы по Шудокан Айкидо?

Джамал Меасара 7-й Дан Ёшинкан Айкидо.

9. Кто главный инструктор России по Шудокан Айкидо?

Сэнсэй Анатолий Александрович Митрофанов 5-й Дан Айкидо.

Значение эмблемы Шудокан Айкидо:



1. Что символизирует Орёл?

Орёл – это символ силы и власти. Мы должны стать сильными и научиться побеждать.

2. Что держит орёл в лапах и почему?

Орёл держит в лапах Катана (меч), символизируя множество захватов в Айкидо и указывая на происхождение техник Айкидо от техник работы с Катана и на возможность защиты от оружия с помощью техник Айкидо.

3. Что за иероглифы изображены на эмблеме?

Ай – любовь, гармония, **Ки** – энергия, **До** – путь.

В целом – путь постижения гармонии энергии, ума и души.

4. Что означают цвета эмблемы?

Жёлтый – символ красоты.

Синий – Не ставить себя выше всех, ценить младших.

Красный – цвет восходящего солнца и крови.

Только через кровь и пот можно достичь восхода мастерства.

Шудокан Айкидо России

9-й Кю (белый пояс с жёлтой полосой)

Кихон:

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| 1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи | 2. Кататэ Мочи – Шихонаге Ни |
|-------------------------------|------------------------------|

Кихон Доса:

- | | |
|---|---|
| 1. Хирики Но Ёссей Ичи – Ни
(без партнёра) | 2. Тайно Хенко Ичи – Ни
(без партнёра) |
|---|---|

8-й Кю (жёлтый пояс)

Кихон:

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| 1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи | 3. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи |
| 2. Кататэ Мочи – Шихонаге Ни | 4. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ни |

Кихон Доса:

- | | |
|-----------------------------|-------------------------|
| 1. Хирики Но Ёссей Ичи – Ни | 2. Тайно Хенко Ичи – Ни |
|-----------------------------|-------------------------|

7-й Кю (оранжевый пояс)

Кихон:

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи | 5. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи |
| 2. Кататэ Мочи – Шихонаге Ни | 6. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ни |
| 3. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи | 7. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи |
| 4. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ни | 8. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ни |

Кихон Доса:

- | | |
|-----------------------------|--------------------|
| 1. Хирики Но Ёссей Ичи – Ни | 3. Сумацу Доса Ичи |
| 2. Тайно Хенко Ичи – Ни | |

6-й Кю (зелёный пояс)

Кихон:

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи | 8. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ни |
| 2. Кататэ Мочи – Шихонаге Ни | 9. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи |
| 3. Шомен Учи – Иккадзё Осае Ичи | 10. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ни |
| 4. Шомен Учи – Иккадзё Осае Ни | 11. Кататэ Мочи – Сокумен Иrimi Наге Ичи |
| 5. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи | 12. Кататэ Мочи – Сокумен Иrimi Наге Ни |
| 6. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ни | 13. Муне Мочи – Хиджишима Ичи |
| 7. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи | 14. Муне Мочи – Хиджишима Ни |

Кихон Доса:

- | | |
|------------------------|--------------------|
| 1. Хирики Но Ёссей Ичи | 4. Тай Но Хенко Ни |
| 2. Хирики Но Ёссей Ни | 5. Сумацу Доза Ичи |
| 3. Тай Но Хенко Ичи | 6. Сумацу Доса Ни |

Шудокан Айкидо России

5-й Кю (Синий пояс)

Кихон:

- | | |
|------------------------------------|---|
| 1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи | 11. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи |
| 2. Кататэ Мочи – Шихонаге Ни | 12. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ни |
| 3. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи | 13. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи |
| 4. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ни | 14. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ни |
| 5. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи | 15. Муне Мочи – Хиджишима Ичи |
| 6. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ни | 16. Муне Мочи – Хиджишима Ни |
| 7. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи | 17. Шомен Учи – Котэгаёши Ичи |
| 8. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ни | 18. Шомен Учи – Котэгаёши Ни |
| 9. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи | 19. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ичи |
| 10. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ни | 20. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ни |

Кихон Доса:

- | | |
|------------------------|--------------------|
| 1. Хирики Но Ёссей Ичи | 4. Тай Но Хенко Ни |
| 2. Хирики Но Ёссей Ни | 5. Сумацу Доса Ичи |
| 3. Тай Но Хенко Ичи | 6. Сумацу Доса Ни |

4-й Кю (Фиолетовый Пояс)

Кихон:

- | | |
|------------------------------------|---|
| 1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи | 13. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи |
| 2. Кататэ Мочи – Шихонаге Ни | 14. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ни |
| 3. Ёкомен Учи – Шихонаге Ичи | 15. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи |
| 4. Ёкомен Учи – Шихонаге Ни | 16. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ни |
| 5. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи | 17. Муне Мочи – Хиджишима Ичи |
| 6. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ни | 18. Муне Мочи – Хиджишима Ни |
| 7. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи | 19. Шомен Учи – Котэгаёши Ичи |
| 8. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ни | 20. Шомен Учи – Котэгаёши Ни |
| 9. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи | 21. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ичи |
| 10. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ни | 22. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ни |
| 11. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи | 23. Сувари: Риотэ Мочи – Кокьюхо Ичи |
| 12. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ни | 24. Сувари: Риотэ Мочи – Кокьюхо Ни |

Кихон Доса:

- | | |
|------------------------|--------------------|
| 1. Хирики Но Ёссей Ичи | 4. Тай Но Хенко Ни |
| 2. Хирики Но Ёссей Ни | 5. Сумацу Доза Ичи |
| 3. Тай Но Хенко Ичи | 6. Сумацу Доза Ни |

3-й Кю (Коричневый пояс)

Кихон:

- | | |
|--|---|
| 1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи | 17. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи |
| 2. Кататэ Мочи – Шихонаге Ни | 18. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ни |
| 3. Ёкомен Учи – Шихонаге Ичи | 19. Ёкомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи |
| 4. Ёкомен Учи – Шихонаге Ни | 20. Ёкомен Учи – Ёнкаджо Осае Ни |
| 5. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи | 21. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи |
| 6. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ни | 22. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ни |
| 7. Ката Мочи – Иккаджо Осае Ичи | 23. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи |
| 8. Ката Мочи – Иккаджо Осае Ни | 24. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ни |
| 9. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи | 25. Муне Мочи – Хиджишима Ичи |
| 10. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ни | 26. Муне Мочи – Хиджишима Ни |
| 11. Ката Мочи – Никкаджо Осае Ичи | 27. Шомен Учи – Котэгаёши Ичи |
| 12. Ката Мочи – Никкаджо Осае Ни | 28. Шомен Учи – Котэгаёши Ни |
| 13. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи | 29. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ичи |
| 14. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ни | 30. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ни |
| 15. Уширо Риотэ Мочи – Санкаджо Осае Ичи | 31. Сувари: Риотэ Мочи – Кокьюхо Ичи |
| 16. Уширо Риотэ Мочи – Санкаджо Осае Ни | 32. Сувари: Риотэ Мочи – Кокьюхо Ни |

Кихон Доса:

- | | |
|------------------------|--------------------|
| 1. Хирики Но Ёссей Ичи | 4. Тай Но Хенко Ни |
| 2. Хирики Но Ёссей Ни | 5. Сумацу Доза Ичи |
| 3. Тай Но Хенко Ичи | 6. Сумацу Доза Ни |

Шудокан Айкидо России

2-й Кю (Коричневый пояс)

Кихон Доса:

1. Хирики Но Ёссей Ичи + Ни.
2. Тай Но Хенко Ичи + Ни.
3. Сумацу Доза Ичи
4. Сумацу Доза Ни

Кихон:

1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи + Ни
2. Ёкомен Учи – Шихонаге Ичи + Ни
3. Риотэ Мочи – Шихонаге Ни + Ни
4. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
5. Ката Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
6. Уширо: Риотэ Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
7. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
8. Ката Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
9. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
10. Уширо: Риотэ Мочи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
11. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
12. Ёкомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
13. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
14. Ката Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
15. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
16. Муне Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
17. Шомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
18. Шомен Учи – Котэгаёши Ичи + Ни
19. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ичи + Ни

Сувари Ваза:

1. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
2. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
3. Шомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
4. Муне Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
5. Риотэ Мочи – Кокьюхо Ичи + Ни

Дзю Ваза:

1. Кататэ (Ката) Мочи Дзю Ваза.

1-й Кю (Коричневый пояс)

Кихон Доса:

1. Хирики Но Ёссей Ичи + Ни.
2. Тай Но Хенко Ичи + Ни.
3. Сумацу Доза Ичи
4. Сумацу Доза Ни

Кихон:

1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи + Ни
2. Ёкомен Учи – Шихонаге Ичи + Ни
3. Риотэ Мочи – Шихонаге Ни + Ни
4. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
5. Ката Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
6. Ёкомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
7. Уширо: Риотэ Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
8. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
9. Шомен Учи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
10. Ката Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
11. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
12. Уширо: Риотэ Мочи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
13. Шомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
14. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
15. Ёкомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
16. Шомен Учи – Хиджиатэ Кокьюнаге Ичи + Ни
17. Шомен Учи – Кошинаге Ичи + Ни
18. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
19. Ката Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
20. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
21. Ёкомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
22. Муне Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
23. Шомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
24. Ката Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
25. Ёкомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
26. Шомен Учи – Котэгаёши Ичи + Ни
27. Ёкомен Учи – Котегаёши Ичи + Ни
28. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ичи + Ни

Сувари Ваза:

1. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
2. Ката Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
3. Ёкомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
4. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
5. Шомен Учи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
6. Ката Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
7. Шомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
8. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
9. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
10. Ёкомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
11. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
12. Ката Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
13. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
14. Ёкомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
15. Муне Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
16. Шомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
17. Ката Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
18. Ёкомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
19. Шомен Учи – Котэгаёши Ичи + Ни
20. Ёкомен Учи – Котегаёши Ичи + Ни
21. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ичи + Ни
22. Риотэ Мочи – Кокьюхо Ичи + Ни

Дзю Ваза:

1. Кататэ (Ката) Мочи Дзю Ваза.
2. Шомен Учи Дзю Ваза.

Шудокан Айкидо России

1-й Дан (Чёрный пояс)

Кихон Доса:

1. Хирики Но Ёссей Ичи + Ни.
2. Тай Но Хенко Ичи + Ни.

3. Сумацу Доза Ичи
4. Сумацу Доза Ни

Кихон:

1. Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи + Ни
2. Ёкомен Учи – Шихонаге Ичи + Ни
3. Риотэ Мочи – Шихонаге Ни + Ни
4. Ханми Хандачи Кататэ Мочи – Шихонаге Ичи+Ни
5. Ханми Хандачи Риотэ Мочи – Шихонаге Ичи +Ни
6. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
7. Ката Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
8. Ёкомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
9. Кататэ Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
10. Уширо: Риотэ Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
11. Уширо: Кататэ Еримочи – Иккаджо Осае Ичи +Ни
12. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
13. Шомен Учи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
14. Ката Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
15. Ёкомен Учи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
16. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
17. Ката Мочи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
18. Шомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
19. Уширо: Риотэ Мочи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
20. Уширо: Кататэ Еримочи – Санкаджо Осае Ичи+Ни

21. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
22. Кататэ Мочи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
23. Ёкомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
24. Кататэ Мочи – Хиджиатэ Кокьюнаге Ичи + Ни
25. Шомен Учи – Хиджиатэ Кокьюнаге Ичи + Ни
26. Муне Цуки – Хиджиатэ Кокьюнаге Ичи + Ни
27. Шомен Учи – Кошинаге Ичи + Ни
28. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
29. Ката Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
30. Уширо: Риохиджи Мочи – СокуменИриминаге1+2
31. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
32. Ёкомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
33. Муне Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
34. Шомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
35. Ката Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
36. Ёкомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
37. Шомен Учи – Котэгаёши Ичи + Ни
38. Ёкомен Учи – Котегаёши Ичи + Ни
39. Шомен Цуки – Котегаёши Ичи + Ни
40. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ичи + Ни

Сувари Ваза:

1. Шомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
2. Ёкомен Учи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
3. Ката Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
4. Кататэ Мочи – Иккаджо Осае Ичи + Ни
5. Кататэ Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
6. Шомен Учи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
7. Ката Мочи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
8. Ёкомен Учи – Никкаджо Осае Ичи + Ни
9. Ёкомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
10. Ката Мочи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
11. Шомен Учи – Санкаджо Осае Ичи + Ни
12. Шомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
13. Кататэ Мочи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
14. Ёкомен Учи – Ёнкаджо Осае Ичи + Ни
15. Кататэ Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни

16. Ката Мочи – Сокумен Ириминаге Ичи + Ни
17. Шомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
18. Ёкомен Учи – Шомен Ириминаге Ичи + Ни
19. Муне Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
20. Шомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
21. Ката Мочи – Хиджишима Ичи + Ни
22. Ёкомен Учи – Хиджишима Ичи + Ни
23. Кататэ Мочи – Хиджиатэ Кокьюнаге Ичи + Ни
24. Шомен Учи – Хиджиатэ Кокьюнаге Ичи + Ни
25. Шомен Учи – Котэгаёши Ичи + Ни
26. Ёкомен Учи – Котегаёши Ичи + Ни
27. Шомен Цуки – Котегаёши Ичи + Ни
28. Риотэ Мочи – Тэнчи Наге Ичи + Ни
29. Риотэ Мочи – Кокьюхо Ичи + Ни

Дзю Ваза:

1. Кататэ (Ката) Мочи Дзю Ваза.
2. Шомен Учи Дзю Ваза.
3. Риотэ Мочи Дзю Ваза

4. Ёкомен Учи Дзю Ваза.
5. Танто Дзю Ваза.