



**Аттестационная программа  
на степени КЮ**  
(возрастная категория с 14 лет и старше)

*Утверждено Президиумом Всестилевой Федерации Айкидо  
Республики Татарстан*

*«1» сентября 2020г.*

**г. Казань  
2020**

## **6 Кю**

*(через 3 месяца с начала тренировок)*

### **1. Позиция и перемещения.**

Камаэ: Миги ханми, хидари ханми.

Аси: Цуги аси, Аюми аси, Окури аси.

Тай сабаки: Тэнкай, Тэнкан, Кайтен, Иrimi Тэнкан.

Шикко: Маэ шикко, Уширо шикко.

Укеми: Маэ укеми, Уширо укеми, Ёко укеми .

### **2. Тачи вадза.**

Гякуханми кататэ дори (кататэ дори): Шихо наге, суми отоши, кокю наге, тай но хенко.

Айханми кататэ дори (коса дори): Иккё, никкё , иrimi наге.

Шомэн учи: Иккё, иrimi наге.

### **3. Сувари вадза.**

Шомэн учи: Иккё.

Рётэ дори: Кокю хо.

## **5 Кю**

*(60 дней эффективной практики после 6 кю)*

### **1. Тачи вадза.**

Гякуханми кататэ дори: Иккё, шихо наге, суми отоши, кокю наге (2 варианта), тай но хенко, тенчи наге, котэ гаэши.

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё , иrimi наге, шихо наге, уширо кири отоши, котэ гаэши.

Шомэн учи: Иккё, никкё, иrimi наге, котэ гаэши.

Ката дори: Иккё, никкё.

### **2. Сувари вадза.**

Гякуханми кататэ дори: Суми отоши.

Шомэн учи: Иккё, никкё, иrimi наге.

Ката дори: Иккё.

Рётэ дори: Кокю хо.

## **4 Кю**

*(80 дней эффективной практики после 5 кю)*

### **1. Тачи вадза.**

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, шихо наге, суми отоши, кокю наге (2 варианта), тай но хенко, тенчи наге, котэ гаэши, уде киме наге, кокю хо, иrimi наге.

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, иrimi наге, шихо наге, уширо кири отоши, коте гаэши, уде киме наге, кокю наге.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, иrimi наге, котэ гаэши, уде киме наге, шихо наге.

Ката дори: Иккё, никкё, санкё, кокю хо.

Рётэ дори: Иккё, никкё, санкё, шихо наге, тенчи наге.

Екомэн учи: Иккё, никкё, санкё (2 формы), уде киме наге, шихо наге, котэ гаэши.

### **2. Ханми хантачи вадза.**

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, суми отоши, шихо наге.

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, шихо наге.

Рётэ дори: Шихо Наге.

Ёкомэн учи: Шихо наге, котэ гаэши.

### **3. Сувари вадза.**

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, суми отоши, иrimi наге.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, иrimi наге, котэ гаэши.

Ката дори: Иккё, никкё, санкё.

Рётэ дори: Кокю хо.

## **3 Кю**

*(100 дней эффективной практики после 4 кю)*

### **1. Позиция и перемещения.**

Укеми: Тоби укеми.

### **2. Тачи вадза.**

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, шихо наге, суми отоши, кокю наге (2 варианта), тай но хенко, тенчи наге, котэ гаэши, уде киме наге, кокю хо, иrimi наге, кайтэн наге (учи, сото), коши наге.

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, иrimi наге, шихо наге, уширо кири отоши, коте гаэши, уде киме наге, кокю наге, кокю хо, коши наге.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, иrimi наге, котэ гаэши, уде киме наге, шихо наге, суми отоши, кокю наге, кокю хо, кайтэн наге (учи,сото).

Ката дори: Иккё, никкё, санкё, кокю хо, кайтэн наге(учи,сото).

Рётэ дори: Иккё, никкё, санкё, шихо наге, тенчи наге, кайтэн наге (учи,сото), коши наге,

кокю наге.

Ёкомэн учи: Иккё, никкё, санкё (2 формы), уде киме наге, шихо наге, котэ гаэши, ирими наге (2 формы), кокю наге, кайтэн наге (учи,сото), тенчи наге.

Уширо рётэ дори: Иккё, никкё, санкё, шихо наге, котэ гаэши, коши наге, ирими наге, кокю наге.

Цки: Иккё, никкё, санкё, ирими наге, котэ гаэши, кайтэн наге (учи,сото), уде киме наге.

### 3. Ханми хантачи вадза.

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, суми отоши, шихо наге, кайтэн наге (учи,сото).

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, шихо наге.

Рётэ дори: Шихо наге.

Ёкомэн учи: Шихо наге, котэ гаэши.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, шихо наге, ирими наге, котэ гаэши.

### 4. Сувари вадза.

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, суми отоши, ирими наге, котэ гаэши.

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ирими наге, котэ гаэши.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, ирими наге, котэ гаэши.

Ката дори: Иккё, никкё, санкё.

Рётэ дори: Кокю хо.

### 5. Дзию вадза.

Гякуханми кататэ дори, айханми кататэ дори, рётэ дори, шомэн учи, ёкомэн учи.

## 2 Кю

*(110 дней эффективной практики после 3 кю)*

### 1. Тачи вадза

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, суми отоши, кокю наге (2 варианта), тай но хенко, тенчи наге, котэ гаэши, уде киме наге, кокю хо, ирими наге, кайтэн наге (учи, сото), коши наге, уде гарами.

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, ирими наге, шихо наге, уширо кири отоши, коте гаэши, уде киме наге, кокю наге, кокю хо, коши наге, уде гарами, хидзи киме осаэ.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, ёнке, ирими наге, котэ гаэши, уде киме наге, шихо наге, суми отоши, кокю наге, кокю хо, кайтэн наге (учи,сото).

Ката дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, кокю хо, кайтэн наге(учи,сото), кокю наге, шихо наге.

Рётэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, тенчи наге, кайтэн наге (учи,сото), коши наге, кокю наге (4 варианта), кокю хо, дзюдзи наге, уде гарами.

Ёкомэн учи: Иккё, никкё, санкё (2 формы), ёнкё, уде киме наге, шихо наге, котэ гаэши, ирими наге (2 формы), кокю наге, кайтэн наге (учи,сото), тенчи наге.

Уширо рётэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, котэ гаэши, коши наге, ирими наге, кокю наге, дзюдзи наге, кокю хо, уде гарами, кайтен наге(учи,сото), уде киме наге.

Цки: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, ирими наге, котэ гаэши, кайтэн наге (учи,сото), уде киме

наге, шихо наге, кокю наге, коши наге, уде гарами.

Моротэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё (по 2 формы), кокю хо, уде киме наге, ирими наге, шихо наге, дзюдзи наге (2 формы).

Ката дори мэн учи: Иккё, никкё, санкё, ёнке (по 2 формы), шихо наге, котэ гаэши, тенчи наге, ирими наге, кокю наге.

Рёката дори: Кокю наге, суми отоши, коши наге.

## 2. Ханми хантачи вадза

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, суми отоши, шихо наге, кайтэн наге (учи,сото).

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге.

Рётэ доре: Шихо наге.

Ёкомэн учи: Шихо наге, котэ гаэши, ирими наге.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, ирими наге, котэ гаэши, кайтен наге (учи,сото).

## 3. Сувари вадза

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, суми отоши, ирими наге, котэ гаэши, уде гарами.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, ирими наге, котэ гаэши.

Ёкомен учи: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, ирими наге, котэ гаэши.

Ката дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё.

Ретэ дори: Кокю хо.

## 4. Дзию-вадза

Гякуханми кататэ дори, айханми кататэ дори, рётэ дори, шомэн учи, ёкомэн учи, цки, моротэ дори.

## 5. Рандори (2 ассистента)

### 1 КЮ

*(120 дней эффективной практики после 2 кю)*

### 1. Тачи вадза

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, суми отоши, кокю наге (4 варианта), тай но хенко, тенчи наге, котэ гаэши, уде киме наге, кокю хо, ирими наге, кайтэн наге (учи, сото), коши наге, уде гарами.

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, ирими наге, шихо наге, уширо кири отоши, коте гаэши, уде киме наге, кокю наге, кокю хо, коши наге, уде гарами, хидзи киме осаз.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, ёнке, гоккё, ирими наге, котэ гаэши, уде киме наге, шихо наге, суми отоши, кокю наге, кокю хо, кайтэн наге (учи,сото), коши наге.

Ката дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, кокю хо, кайтэн наге(учи,сото), кокю наге, шихо наге.

Рётэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, тенчи наге, кайтэн наге (учи,сото), коши наге, кокю наге (4 варианта), кокю хо, дзюдзи наге, уде гарами.

Ёкомэн учи: Иккё, никкё, санкё (2 формы), ёнкё, гоккё, уде киме наге, шихо наге, котэ гаэши, ирими наге (2 формы), кокю наге, кайтэн наге (учи,сото), тенчи наге, айки отоши, уде гарами.

Уширо рётэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, котэ гаэши, коши наге, ирими наге, кокю наге, дзюдзи наге, кокю хо, уде гарами, кайтен наге(учи,сото), уде киме наге.

Цки: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, гоккё, ирими наге, котэ гаэши, кайтэн наге (учи,сото), уде киме наге, шихо наге, кокю наге, коши наге, уде гарами, хидзи киме осасе, кокю хо.

Дзёдан цки: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, гоккё, ирими наге, кайтен наге (сото, учи), хидзи киме осасе, котэ гаэши, шихо наге, коши наге, кокю наге.

Моротэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё (по 2 формы), кокю хо, уде киме наге, ирими наге, шихо наге, дзюдзи наге (2 формы), кокю наге.

Ката дори мэн учи: Иккё, никкё, санкё, ёнке (по 2 формы), шихо наге, котэ гаэши, тенчи наге, ирими наге, кокю наге, коши наге.

Рёката дори: Кокю наге, суми отоши, коши наге.

Муна дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, кайтен наге.

Уширо эри дори: Иккё, никкё, ирими наге, котэ гаэши, шихо наге, кокю наге.

Уширо рёката дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, кокю хо, айки отоши, дзюдзи наге, коши наге, куби наге, кокю наге.

Уширо рёхиджи дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, кокю хо.

Уширо кататэ дори куби шиме: Иккё, никкё, санкё, ёнке, шихо наге, котэ гаэши, ирими наге, коши наге.

## 2. Ханми хантачи вадза

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, суми отоши, шихо наге, кайтэн наге (учи,сото).

Айханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, котэ гаэши, ирими наге.

Рётэ дори: Шихо наге.

Ёкомэн учи: Шихо наге, котэ гаэши, ирими наге.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, шихо наге, ирими наге, котэ гаэши, кайтен наге (учи,сото).

Уширо Рёката Дори: Иккё, никкё, санкё, шихо наге, дзюдзи наге, котэ гаэши, куби наге, кокю наге.

## 3. Сувари вадза

Гякуханми кататэ дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, суми отоши, ирими наге, котэ гаэши, уде гарами.

Шомэн учи: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, ирими наге, котэ гаэши.

Ёкомен учи: Иккё, никкё, санкё, ёнкё, ирими наге, котэ гаэши.

Ката дори: Иккё, никкё, санкё, ёнкё.

Рётэ дори: Кокю хо.

## 4. Танто дори

Цки: Гоккё, ирими наге, котэ гаэши, шихо наге, кайтен наге (учи,сото), хидзи киме осасе.

Шомэн учи: Гоккё, ирими наге, котэ гаэши, кайтен наге (учи,сото), хидзи киме осасе.

Екомэн учи: Гоккё, иrimi наге, котэ гаэши, кайтен наге (учи, сото), хидзи киме осаз.

## 5. Дзию вадза

Гякуханми кататэ дори, айханми кататэ дори, рётэ дори, шомэн учи, ёкомэн учи, цки, моротэ дори, уширо рётэ дори.

## 6. Рандори (2 ассистента)

|       |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 дан | С 16 лет, через 12 мес., но не менее 120 тренировочных дней, после получения 1 кю, не менее двух семинаров под руководством инструктора не ниже 3 дана. | Выполнение всех технических приемов от всех захватов и ударов в положений сувари вадза, ханми хантачи вадза, тачи вадза, тачи дори (защита от противника вооруженного бокеном), дзё дори (защита от противника вооруженного дзе), танто дори (защита от противника вооруженного ножом), дзию вадза (свободная работа от любых атак в тачи вадза) хэнка вадза (изменяющиеся техники, переход от одной техники к другой) |
| 2 дан | Через 2 года, но не менее 240 тренировочных дней после получения 1 дана, не менее четырех семинаров под руководством инструктора не ниже 4 дана.        | Программа на 1-й Дан, футари гакэ (техника от 2-х нападающих)<br>Каэши вадза (техника противодействия, контрприемов)<br>Дзию вадза (свободная работа от любых атак в тачи вадза, ханми хантачи вадза, сувари вадза)                                                                                                                                                                                                    |
| 3 дан | Через 3 года, но не менее 360 тренировочных дней после получения 2 дана, не менее шести семинаров под руководством инструктора не ниже 5 дана           | Программа на 2-й Дан, саннин гакэ (3 и более атакующих)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |