

Dan-gradering

Tänk på följande:

- *Reigi*, hövlighet. De examinerade ska visa gott uppförande och inte försumma hälsningar eller andra uttryck för den hövlighet som hör betende i dojo till.
- Respekt. Gott uppförande mot partnern.
- Omsorg. Ingen onödig hårdhet eller brutalitet i genomförandet av teknikerna.
- Hållning. En god hållning såväl stilla som i rörelse vid teknikernas genomförande.
- Balans. Stadga och balans i teknikernas genomförande.
- Centring. Samlad kropp, tydlig riktning, fokusering och skärpa i genomförandet av teknikerna.
- *Kokyu*. God andningsteknik.
- Förmåga till kraftfullhet och energi när så behövs.
- Kontroll. God kontroll över partnern i genomförandet av teknikerna och i fasthållningar, även uppmärksamhet på partnern mellan teknikerna.
- Tydlighet. Tveklöst och tydligt genomförande av teknikerna.
- Ej kraft mot kraft. Undanmanöver, *taisabaki*, och en följsamhet i teknikerna som gör att kraft inte står mot kraft.
- Skydd. Ett säkert genomförande av teknikerna, utan uppenbara blottor gentemot partnern.
- Balansbrytning. Ett tydligt moment av balansbrytning i teknikerna, för att göra genomförandet av dem trovärdigt.
- Timing. Genomföra de olika stegen i en teknik med förståelse för rätt ögonblick och nödvändig hastighet.
- *Gotai* och *jutai*. Förmåga att utföra grundtekniker såväl från en statisk position, *gotai*, som i rörelse, *jutai*.
- Uthållighet. Rimlig förmåga att prestera likvärdigt även vid trötthet.
- *Ukemi*. God fallteknik och förmåga som angripare.
- Kontakt. Förmåga att skapa och underhålla en god kontakt med partnern – receptiv såväl som ledande.

Mellan dangraderna ska råda stor skillnad i förmåga och rutin. Det går inte riktigt att stadfästa vad som specifikt ska gälla för varje enskild dangrad, annat än tilltagande kompetens. Man kan säga att genomförandet ska vara alltmer övertygande, för varje dangrad. Med utgångspunkt från Hombu dojos krav kan också följande sägas, men det bör betraktas som fingervisningar och ej fasta regler:

- 1 dan. God kunskap om grundteknikerna i aikido, och tydligt genomförande av dem.
- 2 dan. Mycket god kunskap om grundteknikerna i aikido, och stor säkerhet och rutin i genomförandet av dem. Dessutom förmåga att hantera två angripare, och försvar mot knivattacker.
- 3 dan. Mycket god och bred kunskap om teknikerna i aikido, stor skicklighet i genomförandet av dem. Dessutom förmåga att hantera tre angripare, och försvar mot attacker med bokken och jo.
- 4 dan. Ytterst förtroendeingivande och självständigt utförande av aikidoteknikerna, med stor förmåga till improvisation och smidig anpassning till den specifika situationen. Auktoritet i uppträdandet och i genomförandet av teknikerna

Shodan – max 30 min

Part 1a – Suwariwaza	Part 2 – Tachiwaza	Part 3 – Weapons
<p>Shomen uchi Ikkyo Nikyo Sankyo Yonkyo Iriminage Kotegaeshi</p>	<p>Aihanmi katatedori Ikkyo Udekimenage Koshinage</p> <p>Gyakuhanmi katatedori Nikyo Sankyo Kotegaeshi Kokyunage</p> <p>Ryotedori Jiyuwaza</p> <p>Shomen uchi Jiyuwaza</p> <p>Ushiro ryotedori Jiyuwaza</p>	<p>Ken Uchi-komi sandan-uchi</p> <p>Ken/jo no tebiki Ikkyo Shihonage</p>
<p>Part 1b – Hanmi hantaciwaza</p>		
<p>Katatedori Shihonage Kokyunage</p>		

Nidan – max 30 min

Part 1a – Suwariwaza	Part 2 – Tachiwaza	Part 3 – Weapons
Shomen uchi Jiyuwaza	Aihanmi katatedori Jiyuwaza	Tantodori Chudan tsuki Yokomen uchi
Yokomen uchi Gokyo	Morotedori Jiyuwaza	Ken/Jo no tebiki Nikyo Sankyo Kokyunage
	Shomen uchi Nikyo Kaiten nage Kotegaeshi	Ken tai-ken/jo
	Yokomen uchi Jiyuwaza Ninindori	Ikkyo Shihonage (från shomen-uchi)
Part 1b – Hanmi hantachiwaza		
Ryotedori Ikkyo Nikyo Shihonage		

Sandan – max 40 min

Part 1a – Suwariwaza	Part 2 – Tachiwaza	Part 3 – Weapons
Katadori Jiyuwaza	Katadori menuchi Jiyuwaza	Ken Ki-musubi no-tachi
	Shomen uchi Jiyuwaza	Tachidori / Jodori Jiyuwaza
	Yokomen uchi Jiyuwaza	Ken/Jo no tebiki Udekimenage
	Jodan tsuki Uchikaiten sankyo Hijikime osae Kaiten nage	Kaiten nage Kotegaeshi
	Chudan tsuki Ikkyo Kotegaeshi Sannindori	Ken tai ken/jo Nikyo Shihonage (från shomen-uchi)
Part 1b – Hanmi hantachiwaza		
Yokomen uchi Jiyuwaza		

YONDAN – max 40 min

Från suwari-waza via hanmi handachi till tachiwaza – genomgående jiyuwaza

Ki-musubi no-tachi

Ken/jo no tebiki, tachidori samt jodori – jiyuwaza.

Tantodori – jiyuwaza

Ken tai ken/jo – ikko, nikyo, shihonage

Sannindori

Uke-val vid graderingar

Tori tillåts att välja uke själv till graderingen. Under graderingen kan dock graderingsdomarna rotera ukes, för att se hur den graderande hanterar situationen. Tänk på att längd-vikt-förhållande iakttas så att det inte blir några påtagliga fysiska olikheter. ■