

Аттестационная программа для детей  
**Школа айкудо айкикай «Хинатакай Додзё»**

**7 КЮ**

Общее	Тачи Вадза		Сувари Вадза	
	Атака	Техника	Атака	Техника
Укэми (мае, усиро, ёко, усиро хантэн, с подкатом)	Шомен учи	Иккё (ура)	Риотэ дори	Кокю хо
Сикко (мае, усиро, тенкан), переворот боком	Коса дори	Сихо наге (омоте), ирими наге		
Сувари ката, ирими тенкан, аюми аси, цуги аси	Катате дори	Сихо наге (ура)		
Тай но хэнко (ирими, тенкан), ёкомен учи (ирими, ирими тенкан)				
15 отжиманий				
Лотос				