

## Dan-arvojen suoritusohjeet

- sitoutuminen Aikidoliiton arvoihin, sääntöihin ja ohjeisiin on olennainen osa aikidossa edistymistä
- aiempien vyöarvojen kumulatiivinen osaaminen edellytetään
- vyökoetekniikat tarkoittavat kaikkia kyu-graduointimatriisissa mainittuja tekniikoita ja suositeltavia lisäharjoitteita sekä oppimistavoitteita
- lisätietoja dan-arvojen suoritusohjeista löytyy [Suomen Aikidoliiton sivuilta](#)
- 1. danissa ikäraja on 15 vuotta
- 5. ja 6. dan kuten vanhoissa vaatimuksissa
- kokelaan oppimistavoitteiden täytyminen on suosittelijan vastuulla

## Aikarajat

Taso	Aikarajat 31.8.2021 asti	Aikarajat 1.9.2021 alkaen
6. kyu	20 harjoituspäivää	
5. kyu	30 harjoituspäivää	
4. kyu	40 harjoituspäivää	
3. kyu	50 harjoituspäivää	
2. kyu	50 harjoituspäivää	
1. kyu	60 harjoituspäivää	
1. dan	200 harjoituspäivää, 1 vuosi 1. kyun suorittamisesta	minimi 100 harjoituspäivää, vuosi 1. kyun suorittamisesta
2. dan	400 harjoituspäivää, 2 vuotta 1. danin suorittamisesta	minimi 200 harjoituspäivää, vuosi 1. danin suorittamisesta
3. dan	600 harjoituspäivää, 3 vuotta 2. danin suorittamisesta	minimi 300 harjoituspäivää, 2 vuotta 2. danin suorittamisesta
4. dan	800 harjoituspäivää, 4 vuotta 3. danin suorittamisesta	minimi 400 harjoituspäivää, 3 vuotta 3. danin suorittamisesta

# 1. dan

## Oppimistavoitteet

- Kokelas osaa suorittaa aseettomat perustekniikat eri hyökkäysmuodoista
- Tekniikoiden suorittaminen on johdonmukaista ja selkeää. Kokelaan asento on hyvä, voimaa käytetään vain tarvittava määrä ja tekniikka on liikkuvaa ja rentoa. Tekniikka, lukot, otteenvaihdot ja loppulukot ovat selkeitä ja hallittuja. Suorituksessa keskittyminen säilyy koko kokeen ajan.
- Etäisyyden ja keskilinjan käyttö ja ajoitus ovat selkeitä.
- Kokelas hallitsee jowazan perusteet.

## Tekniikat

Nimi	Kuvaus
taibukiwaza	jowaza jiyuwaza
waza	suwariwaza hanmihandachiwaza tachiwaza ushirowaza kaikki aseettomat tekniikat eri hyökkäysmuodoista
taninzudori	futaridori vähintään 2 paikaltaan tartuntaotteista, muuten vapaasti liikkeestä, hyökkäykset erilaisista ote- ja lyöntimuodoista.

## 2. dan

### Oppimistavoitteet

- Tekniikoiden suorittaminen on johdonmukaista ja selkeää. Kokelaan asento on hyvä, voimankäyttö on säädeltyä, horjutus, tekniikka, lukot, otteenvaihdot ja loppulukot ovat selkeitä ja tekniikka tehdään omalla keskilinjalla. Suorituksessa keskittyminen säilyy koko kokeen ajan. Ymmärrys ajoituksen, etäisyyden ja horjutuksen yhteydestä näkyy suorituksessa. Perustekniikan ja soveltavan tekniikan erottelu alkaa näkyä suorituksessa.
- Vastatekniikoiden (kaeshiwaza) perusteet ovat hallinnassa.
- Taninzudorissa puolustautuminen useita hyökkääjiä vastaan onnistuu, kokelas alkaa hallita tilan, etäisyyden ja ajoituksen käyttöä useita hyökkääjiä vastaan ja pystyy rytmittämään hyökkäysten vastaanottoa.
- Kokelas hallitsee tantodorin perusteet.
- 1. daniin verrattuna nage (tori) hallitsee ja kontrolloi tilannetta.

### Tekniikat

Nimi	Kuvaus
<b>taibukiwaza</b>	<b>tantodori</b> 5 kpl lyönneistä 2 kpl paikalta edestä 2 kpl paikalta takaa
<b>waza</b>	kuten 1.dan
<b>kaeshiwaza</b>	<b>ikkyo</b> 2 erilaista <b>nikyo</b> 2 erilaista <b>iriminage</b> 2 erilaista
<b>taninzudori</b>	<b>sannindori</b> vähintään 2 paikaltaan tartuntaotteista, muuten vapaasti liikkeestä, hyökkäykset erilaisista ote- ja lyöntimuodoista.

## 3. dan

### Oppimistavoitteet

- Tekniikka on tasoltaan esimerkillistä (suorituksessa näkyy oikea ajoitus, etäisyys, vastaanotto, horjutus ja niiden yhteys, sekä johdonmukainen tekniikoiden suoritus sekä hyvä oma asento, keskilinjan käyttö, liike lähtee jaloista ja lantiosta, liikkuminen on hallittua).
- Kokelas pystyy mukauttamaan tekniikan uken hyökkäykseen ja liikkeen muutoksiin
- Kokelas osaa tehdä tekniikoita aseella suoritettavia hyökkäyksiä vastaan niin, että niillä on yhteys hänen aseettomaan tekniikkaansa. Ymmärrys etäisyyden muutoksesta suhteessa aseettomaan tekniikkaan ja aseeseen luonteen merkityksestä näkyy suorituksessa.
- Kokelas osaa puolustautua useita yhtäaikaisia hyökkääjiä vastaan, niin että hallitsee tilan, ajoituksen ja etäisyyden tilanteessa ja pystyy rytmittämään hyökkäysten vastaanottoa ja omaa sijoittumistaan suhteessa hyökkääjiin.
- Kokelas osaa vastatekniikoita ja alkaa hahmottaa perustekniikan ja soveltavan tekniikan sekä vastatekniikan väliset erot ja yhtäläisyydet.
- Jiyuwazan merkitys kasvaa vyökoetta arvioitaessa. Jiyuwaza on liikkuvaa, dynaamista, virtaavaa, keskittynyttä ja ennalta suunnittelematonta.

### Tekniikat

Nimi	Kuvaus
<b>taibukiwaza</b>	<b>jodori</b> 5 kpl <b>tachidori</b> 5 kpl
<b>waza</b>	kuten 2.dan
<b>kaeshiwaza</b>	<b>sankyo</b> 2 erilaista <b>shihonage</b> 2 erilaista <b>kotegaeshi</b> 2 erilaista
<b>taninzudori</b>	<b>sannindori</b> paikaltaan vähintään 2 tekniikkaa <b>yonindori</b> liikkeestä

## 4. dan

### Oppimistavoitteet

- Tekniikka on tasoltaan esimerkillistä (tekniikassa näkyy oikea ajoitus, etäisyys, vastaanotto, horjutus ja niiden yhteys, tekniikan suoritus on johdonmukaista ja siinä näkyy hyvä oma asento, voimantuotto jaloista ja lantiosta, omalla keskilinjalla toimiminen, rentous, rytmitys ja keskittyminen)
- Kokelas pystyy soveltamaan ja mukauttamaan tekniikkansa uken liikkeeseen
- Kokelas osaa tehdä tekniikoita aseellisia hyökkäyksiä vastaan niin, että niillä on selvä yhteys hänen aseettomaan tekniikkaansa ja etäisyyden ja aseiden luonteen huomioiminen näkyy suorituksesta.
- Kokelas osaa puolustautua useita yhtäaikaista hyökkäjiä vastaan, niin että hallitsee tilan, etäisyyden ja ajoituksen käyttöä ja pystyy rytmittämään hyökkäysten vastaanottoa, ja omaa sijoittumistaan suhteessa hyökkäjiin, tilanteen pitää olla virtaava
- Kokelas osaa tehdä vastatekniikoita ja ymmärtää perustekniikan, soveltavan tekniikan, vapaan tekniikan ja vastatekniikan väliset erot ja yhtäläisyydet
- Erityistä huomiota kiinnitetään jiyuwazan suorittamiseen. Jiyuwaza on liikkuvaa, dynaamista, virtaavaa ja ennalta suunnittelematonta. Keskittyminen säilyy koko suorituksen ajan katkeamattomana.
- Tekniikat: kuten 3. dan