

RIAI AIKIDO DOJO

Bukiwaza nivå 1–4

Våra läger och Riai Forum med bukiwaza har ibland en angiven nivå utskrivna på inbjudan. Detta är för att underlätta för deltagaren att veta på vilken nivå lägret/forumet ligger och *vilka förkunskaper deltagaren förväntas inneha*. På så sätt får alla deltagare ut mesta möjliga av passen. Notera att ett läger/forum oftast har ett tema och således endast täcker in en mindre del av den tekniska repertoaren på respektive nivå. Nedan följer en kort beskrivning till de olika nivåerna:

Nivå 1

På Nivå 1 går vi igenom grunderna för jo (trästav) och bokken (träsvärd). Introduktion omfattar två dagar där grundläggande principer och en kata på 31 rörelser med jo och 7 grundrörelser med bokken lärs ut steg för steg. Nivå 1 lämpar sig också väl för den som redan har en viss kännedom om grunderna men vill repetera i ett lugnt tempo.

Till denna första nivå finns häftet “AIKIDO 7 suburi & 31 kata – Riai Aikido Dojo”.

Förkunskaper: Inga

Nivå 2

Nivå 2 omfattar 20 suburi med jo, 13-kata med jo samt olika awase (harmonierings)-övningarna med bokken och jo. I aikido finns en rik repertoar av awaseformer och det är nödvändigt att känna till en del av dessa för att kunna gå vidare med mer sammansatta former. Denna nivå lär ut grunderna för de mest grundläggande awaseformerna och lägger tid på att fokusera de enskilda momenten vilket bidrar till att öka förståelsen för aikidons principer.

Förkunskaper: Grundläggande kunskaper i jo och bokken (minst genomgången introduktionskurs).

Nivå 3

Nivå 3 omfattar sammansatta former med bokken och jo. Här ingår 5 kumitachi och ki musubi no tachi med bokken; 10 kumi-jo 31-kata kumi-jo, 13-kata awaze med jo samt 7 ken tai jo. Nivån syftar till att fördjupa förståelsen av principer och bredda kunskaperna om vapensystemet i aikido.

Förkunskaper: Goda kunskaper i såväl suburi som 31-kata och 13 kata med jo. Du förväntas vara väl bekant med olika awaseformer med både bokken och jo. (Det är att rekommendera att man tränat vapen regelbundet i cirka ett års tid)

Nivå 4

Nivå 4 är en avancerad nivå och omfattar alla typer av henkawaza (variationer) med jo och bokken.

Förkunskaper: Mycket goda kunskaper om samtliga grundformer inom ramen för Nivå 3.