

Ablauf der Kyu-Prüfungen (für alle Grade)

Ziel der Prüfung

In den Prüfungen zeigst du deine zunehmende Vertrautheit mit den Prinzipien des Aikido, die du durch regelmäßige Teilnahme am Unterricht und an Seminaren entwickelt hast. Du machst eine Prüfung immer für dich selbst, nicht für die Lehrer oder um dich mit anderen zu vergleichen.

Deine eigene Vorbereitung auf die Prüfung hilft dir, dein Wissen und deine Fertigkeiten zu festigen. Nutze diese Zeit, denn jeder Prüfungsgrad steht für einen Reifeprozess mit einem eigenen Schwerpunkt. Durch eine bewusste Vorbereitung wirst du spürbare Fortschritte machen und an Selbstvertrauen gewinnen.

Die Prüfung soll dir Spaß machen, sie soll ein besonderes Ereignis sein, auf das du dich freust. Und es soll für alle Beteiligten eine gute Erfahrung werden – daher steht die Gesundheit der Partner*innen an erster Stelle.

Prüfungssystem

Die Prüfungsordnung umfasst die Kihon Waza (Basistechniken), die Grundlage fortgeschrittenen Übens sind. Die einzelnen Kyu-Grade (Schülergrade) bauen systematisch aufeinander auf und führen dich schrittweise an das Niveau für den ersten Dan-Grad (Schwarzgurt) heran.

In unserem Dojo werden nur Kyu-Grade abgenommen, Dan-Grade erfordern eine spezielle Prüfungskommission, die vom Aikikai Tokio anerkannt ist. Wir bereiten auf die Dan-Prüfungen bei Jan Nevelius Shihan vor.

Informationen zu den speziellen Anforderungen für die einzelnen Grade gibt es in den individuellen Merkblättern unter <https://aikido-oberursel.de/curriculum>

Hakama

Ab dem zweiten Kyu wird in unserem Dojo der **Hakama** getragen (jap. Hosenrock).¹

Der Hakama zeichnet dich als fortgeschrittene/n Aikidoka aus, womit du innerhalb des Dojos eine Vorbildfunktion übernimmst. Dazu gehört, dass du Anfänger*innen durch dein Verhalten eine Orientierung gibst und selbstverantwortlich Aufgaben übernimmst.

Du repräsentierst damit das Dojo auch nach außen, was sich besonders durch Höflichkeit, Achtsamkeit und Hilfsbereitschaft auf Lehrgängen und in der täglichen Praxis zeigt.

Generell gilt: Je höher die Graduierung, desto bescheidener und aufmerksamer sollte das Auftreten sein.

¹ Der Hakama hat sieben Falten (fünf vorne, zwei hinten), die für die sieben Tugenden der Samurai stehen: Gerechtigkeit, Mut, Güte, Höflichkeit/Freundlichkeit, Aufrichtigkeit/Wahrhaftigkeit, Ehrgefühl/Respekt und Treue/Pflichtbewusstsein. Je nach Lesart werden auch Geduld, Bescheidenheit, Reinheit und Weisheit dazu gezählt.

Ablauf der Prüfung

ZUSCHAUER

Die Prüfung ist **öffentlich**: Freund*innen und Familienangehörige dürfen zusehen.

Zuschauer*innen sitzen am äußersten Mattenrand im Knie- oder Schneidersitz bzw. außerhalb der Matte auf Stühlen oder Bänken. Auch für sie gilt die übliche Dojo-Etikette: leise sein, nichts essen oder trinken, nicht gegen Wände lehnen.

Während der Prüfung werden **keine Foto- oder Videoaufnahmen** gemacht.

VORBEREITUNG

Wichtig: Bitte bringe deinen **Dojo-Pass** und die **Prüfungsgebühr** zur Prüfung mit!

Beides wird unmittelbar vor Beginn der Prüfung an die Jury übergeben. Die Gebühr wird nur einbehalten, wenn die Prüfung bestanden wurde.

Bis zum 3. Kyu weist dir die Jury einen **Uke** zu. Ab dem 2. Kyu verabredest du dich selbständig einige Monate vor der Prüfung mit einem Uke (Daumenregel: gleiche Graduierung oder eine Stufe darüber). Mit diesem Uke übst du in der Zeit vor der Prüfung besonders intensiv, auch außerhalb der regulären Trainingszeiten.

ABLAUF

Zu Beginn der Prüfung knien die Prüflinge und ihre Ukes nebeneinander in einer Reihe ab.

Sobald ein **Prüfling** (Tori) namentlich aufgerufen wird, geht er/sie im Shikko 3 Schritte vorwärts. Der bzw. die **Ukes** wechselt/n auf die ursprüngliche Position hinter Tori. Wenn die Prüfung Waffen erfordert, hat der jeweilige Uke diese sichtbar für die Jury direkt neben sich liegen.

Auf die Ansage „**Shomen ni rei**“ wenden sich alle auf der Matte Anwesenden zum Shomen (Kamiza) und verbeugen sich auf „rei“.

Auf die Ansage „**Otagai ni rei**“ verbeugen sich Tori und Uke zueinander. Beide sagen deutlich „Onegai Shimasu“, bleiben gegenüber sitzen und warten auf die nächste Ansage der Jury.

Die **Jury** sagt alle Techniken deutlich an. Die Ausführung wird solange wiederholt, bis die nächste Technik angesagt wird oder das Signal zum Beenden kommt.

Wird nichts anderes vorgegeben, so wird jede Technik abwechselnd auf jeder Seite ausgeführt (rechts/links). Diese Kombination erfolgt zuerst in Omote, dann in Ura.

Die Techniken werden still ausgeführt; Rückfragen bei der Jury sind nur dann üblich, wenn die Ansage akustisch nicht verstanden wurde.

Bleibe immer in Bewegung:

- Falls du eine Ausführung nicht mehr genau weißt, mache das, woran du dich erinnerst.
- Falls du versehentlich eine andere als die angesagte Technik ausführst, dann vollende zunächst diese Technik, bevor du mit der angesagten Form beginnst.

Sei während der gesamten Prüfung konzentriert und behandle deinen Uke respektvoll. Achte auf **Zanshin**: Zeige, dass du deinem Partner/deiner Partnerin gegenüber immer wachsam bist, auch zwischen den einzelnen Techniken.

Die Prüfung wird mit „**Owari Masho**“ beendet. Tori und Uke knien sich einander gegenüber ab.

Auf die Ansage „**Otagai ni rei**“ verbeugen sich beide zueinander. Beide sagen deutlich „Arigato Gosai Mashita“.

Auf die Ansage „**Shomen ni rei**“ verbeugen sich *alle* auf der Matte Anwesenden zur Kamiza. Alle Teilnehmer/innen gehen danach in die Reihe zurück.

ABSCHLUSS

Auf die Prüfung folgt eine **kurze Pause**, in der die Jury berät. In dieser Zeit können die Prüflinge sich entspannen (z.B. sich mit den Partner*innen über die Erfahrungen während der Prüfung austauschen oder kurz von der Matte gehen, um etwas zu trinken, aber **nicht den Raum verlassen**).

Wenn die Beratung abgeschlossen ist, knien sich Toris und Ukes wieder in einer Reihe ab.

Diejenigen Teilnehmer*innen, die die Prüfung bestanden haben, werden nun **einzelnen aufgerufen** (zwei Schritte vorwärts im Shikko). Sobald ihre Graduierung verkündet wurde, verbeugen sich Prüflinge und Jury voreinander, und die Prüflinge gehen wieder in die Reihe zurück.

Die Entscheidung der Jury ist nicht anfechtbar, wird aber begründet.

Die Urkunden werden entweder direkt im Anschluss oder bei einem der folgenden Keikos überreicht. Bitte bringe eine Schutzhülle zum Transportieren mit.

Die Prüfungsergebnisse werden der Lokalpresse zur Berichterstattung übermittelt, in der Regel mit Gruppenfoto, und sie werden auch auf unserer Website veröffentlicht. Wir bitten dich um deine Unterstützung, denn wir machen damit Werbung für unser Dojo, um neue Mitglieder zu gewinnen.

FEIER

Es ist alte Tradition, dass die neuen Kyu-Grade den Anwesenden nach der Prüfung eine Runde Getränke ausgeben (da das bei uns im Vereinsheim geschieht, ist das nicht teuer). Für Prüflinge unter 18 Jahren übernimmt das Dojo die Kosten.