



**Dokan Ryu Ju Jutsu Sweden & Dokan Ryu International
Graderingskrav 4 Dan Svart Bälte**

4 DAN SVART BÄLTE (yondan)

ALLMÄNNA KRAV	TEKNIKANALYS (JUTSURI no KATA)
Minst 4 års träning sedan 3 Dan. Teknikanalys (Jutsuri no Kata).	Teknikanalys av en valfri grundteknik. Beskriv teknikens historia, bakgrund och användningsområden. Ge exempel på träningsmetodik och utveckling av tekniken. Ge exempel på åtminstone 5 st tillämpningar (t.ex. Kombination, kontrung, jigo waza) av tekniken.

KIHON WAZA

NAGE WAZA: 1. O soto guruma 2. Harai makikomi 3. Hane makikomi 4. O guruma 5. Kata ashi dori sumi gaeshi	KANSETSU WAZA: 1. Direkt kaitennage från greppförsök 2. Aiki koshinage	KATAME WAZA: 1. Ura kubi hishigi
--	---	--

KATA

1. Wanshu

TILLÄMPNINGAR

RENRAKU WAZA	KAESHI WAZA	
1. Ko uchi gari -kata ashi dori sumi gaeshi 2. Ko uchi gari-hane makikomi	1. Tsuru goshi 2. Uchi mata	Hiza otoshi Kuzure sumi otoshi
3. Omote ude osae-mae otoshi-aiki koshinge 4. Kote gaeshi-o soto guruma 5. Omote tenchi nage-maegeri-juji garami	3. Ura iriminage	Hidari kote hineri-o guruma
HIKKOMI WAZA	1. Ude gaeshi	

JIGO WAZA

1. Grepp i två handleder bakifrån, brett grepp, drag	Juji garami
2. Försök till stryptag framifrån	Morote jodan uke, mae otoshi, aiki koshinage
3. Försök till grepp i kläder	Direkt kaitennage
4. Livtag under armarna framifrån med upplyft	Uchi hiza hishigi
5. Jodan kagitsuki	Jodan uchiuke/jodan soto empi ate (uke duckar), kata ashi dori sumi gaeshi
6. Maegeri	Gedan soutuken/surikomi gedan sune mawashigeri, utsida, kaiten o soto gari
7. Påslag från sidan, backhand	Morote jodan uke, ude gaeshi
8. Påslag från sidan backhand	Morote jodan uke, ura kubi hishigi

BUKI WAZA

HANBO JUTSU	
1. Grepp i kläder, svingslag	Jodan uchiuke, hanbo kubi osae
2. Jodan gyakutsuki	Morote hanbouke, utsida, hanbo do osae
JO DORI	
1. Jo shomen uchi, oi dachi	Morote uke, soto kaiten, jo irimi nage
2. Jo chokutsuki, oi dachi	Morote uke, insida, jo kokyonage
RANDORI	
	1. Tantodori 2. <i>Jigo waza med atemi, kast, nedläggning</i>