

Mon juniorgrader i Norges Aikidoforbund

	13. mon	12. mon	11. mon	10. mon	9. mon	8. mon	
Stripefarge							
Graderingskrav	12 treningsøkter og 3 måneder	Minst 12 treninger og 3 måneder	Minst 16 treninger og 4 måneder	Minst 16 treninger og 4 måneder	Minst 20 treninger og 5 måneder	Minst 20 treninger og 5 måneder	
Tandoku Dosa - individuelle øvelser	Dojo etikette, inngangshilsen, Rei, Onegaishimasu, Domo arigato gozaimashita, Telle på japansk til ti, kamae, mae ukemi, ushiro ukemi	Torifune + furitama, irimi, tenkan, mae/ushiro chokuto ukemi	Shikko, kaiten, irimi-tenkan, ayumiashi, tsugiashi, yokomen øvelse	Yoko ukemi, sokumen, Tsuki øvelse			
Katatedori gyakuhanmi	Katatedori øvelse	Shihonage, sumiotoshi	Ikkyo (TS), Kokyunage, tenchinage	Nikyo (TS)	Uchikaitennage	Kotegaeshi, iriminage,	
Katatedori aihanmi		Ikkyo	Iriminage (TS)	Shihonage	Nikyo	Sankyo	
Shomen uchi	Ikkyo	Iriminage			Nikyo	Sumiotoshi	
Yokomen uchi				Ikkyo (TS)	Shihonage	Kotegaeshi (TS)	
Tsuki					Kotegaeshi	Iriminage	
Ryotedori	Suwarizawa Koryuho			Sumiotoshi, tenchinage	Shihonage	Koryuho, iriminage	
Morotedori				Koryuho	Kokyunage	Sumiotoshi	
Katadori						Kokyunage	
Ushiro ryotedori							
Konverterer til	6.kyu			5.kyu			
	7. mon	6. mon	5. mon	4. mon	3. mon	2. mon	1. mon
Stripefarge							
Graderingskrav	Minst 24 treninger og 6 måneder	Minst 24 treninger og 6 måneder	Minst 40 treninger og 10 måneder	Minst 40 treninger og 10 måneder	Minst 48 treninger og 12 måneder	Minst 48 treninger og 12 måneder	Minst 52 treninger og 12 måneder
Tandoku Dosa - individuelle øvelser	Ikkyo shihogiri	Shomenuchi shihogiri			Ikkyo happogiri		Shomenuchi happogiri
Katatedori gyakuhanmi	Kotegaeshi og iriminage med jodan, chudan, gedan	Shihonage (H)	Udekiminage	Sankyo (TS)	Yonkyo (TS)	Sotokaiten nage	
Katatedori aihanmi	Yonkyo	Kotegaeshi			Uchikaiten sankyo	Koshinage	Uchi irimi shihonage
Shomen uchi	Kotegaeshi	Kotegaeshi	Yonkyo	Udekiminage, shihonage	Iriminage (H)	Kotegaeshi (H)	Sotokaiten nage
Yokomen uchi		Iriminage (TS)	Nikyo (TS)	Sankyo (TS)	Yonkyo (TS)		
Tsuki	Ikkyo	Shihonage	Nikyo	Sankyo	Yonkyo	Gokyo	Sotokaiten nage
Ryotedori	Kotegaeshi og iriminage med jodan, chudan, gedan	Ikkyo, koryuho,	Udekiminage	Nikyo	Sankyo	Yonkyo	
Morotedori	Ikkyo	Nikyo	Iriminage, shihonage	Kotegaeshi med jodan, chudan og gedan	Sankyo	Yonkyo	Udegarami jujinage
Katadori		Ikkyo (TS)	Shihonage	Nikyo (TS)	Kotegaeshi (TS)	Sankyo (TS)	Yonkyo (TS)
Ushiro ryotedori	Kokyunage	Ikkyo	Nikyo, sankyo	Shihonage, iriminage	Yonkyo	Kotegaeshi	Koshinage, udegarami jujinage
Konverterer til	4.kyu			3.kyu		2.kyu	