

ČTYŘI TECHNIKY - ČTYŘI LOGIKY (myšlenky)

Katate ryote tori	IKKYO č.1	KOTEGAESHI č.2	IRIMINAGE č.3	SHIHONAGE č.4
UCHI NO RI č.1 " ÚDER "	JUJI GARAMI č.11 vstup kamihanen	NIKYO NAGE č.12 vstup shimohanen	SANKYO NAGE č.13 vstup kamihanen	UCHI KAITEN IKKYO č.14 vstup kamihanen
	tenkan - ikkyo undo	tenkan - úchop nikyo, kaiten a ikkyo undo ve výši nikyo	tenkan - volná ruka na žebra, druhá směr a výška sankyo	tenkan - vstup pod rukou po odhození spodní - ikkyo ura
OSAE NO RI č.2 " ↔ "	IKKYO NAGE č.21 vstup kamihanen	GENKEIKOKYUNAGE č.22 vstup shimohanen	KOTEGAESHI KIGATA č.23 irimi tenkan	KOTEGAESHI vnější č.24 irimi tenkan
	tenkan - hikiotoshi - ura s dokletem	tenkan - krok vzad, volná ruka genkey - kotegaeshi	kotegaeshi na spodní ruku ukeho forma Kigata	uchop jedné gyaku kotegaeshi druhá yonkyo - jodan kuzushi
NAGE NO RI č.3 " HOD "	IRIMINAGE KAMIHANEN č.31 vstup kamihanen	IRIMINAGE SHIMOHANEN č.32 vstup shimohanen	IRIMINAGE KIRIOTOSHI č.33 irimi tenkan	KIRIOTOSHI č.34 irimi tenkan
	tenkan - sek dolu výše ikkyo a mae ashi irimi směr iriminage	tenkan - sek pod ruce ukeho - variace kotegaeshi	iriminage s atemi dlani - mae ashi irimi forma Tanren	tlak chycené ruky na hlavu, druhá ruká tlačí prsty do zad ukeho
ZAN NO RI č.4 " SEK "	SHIHONAGE KAMIHANEN č.41 vstup kamihanen	SHIHONAGE SHIMOHANEN č.42 vstup shimohanen	SHIHONAGE jodan kuzushi č.43 vstup shimohanen	UCHI KAITEN SHIHONAGE č.44 vstup kamihanen
	tenkan - shihonage karami osae	tenkan - uvolnění ruky - maki otoshi shihonage karami osae	mezi rukama jodan kuzushi - juji musubi - shihonage	tenkan - vstup pod rukou po odhození spodní - shihonage

AIKIDO "C" 2006 - D. Vetter, upraveno 2016 - R. Krůl