

## GRADERING I KENDO.

Graderingar i Kendo kommer att hållas i träningslokalen  
å Johannes Folkskola den 1 Juni kl. 1800. Huvuddomare  
blir Robert von Sandor.

Att tänka på inför graderingen.

Etikett. Terminologi. Hur man håller svärdet. Suburi (rak arm,  
inåtvridning av händer, avslappning av axlar, god kroppshållning,  
m.m.). Kiai. Korrekt; seiza, chudan, sonkyo. Positiv attityd gent-  
emot Sensei och kamrater. Shiaikeiko; ej så väsentligt att träffa,  
men god stil, balans, kroppshållning, kiai, attackattityd. 1-10 på  
japanska. /katan/  
Från 3:e kyu: 1-3 skall kunna genomföras.