

Fontos tudnivalók

A vizsga elején az uke és a tori fegyverrel a kezükben feljönnek a szőnyegre és egymástól egy tatami távolságra leülnek a vizsgáztatók által kijelölt helyre úgy, hogy amikor a tori és az uke meghajolnak egymás felé, a shomen a tori jobb oldalán legyen. A technikák bemutatása során azok végrehajtása folyamatos legyen, amíg a vizsgáztatók másképp nem rendelkeznek. A következő technikákból mindig 2 omote és 2 ura változat ismételt bemutatása szükséges: ikkyo, nikyo, sankyo, yonkyo, gokyo, shihonage. Ha csak omote vagy csak ura változat szükséges, arra a vizsgaanyag és a vizsgáztatók külön felhívják a figyelmet. A leszorítástechnikák (az ikkyo is) akkor érnek véget, ha az uke lekopogja. Az ülésben végrehajtott technikák (zagi, hanmi-handachi) seizából indulnak. Jiyu wazánál csak dobástechnikák engedélyezettek.

Fokozat	Technikacsoport	Támadás	Technika	Jegyzetek	
Minimum 3 hónap gyakorlás	alapmozgások		shikko mae	zengo irimi, tenkan, kaiten, sangaku, keresztlépés	
			mae ukemi		
			ushiro ukemi		
			ikkyo undo		
			taisabaki		
	7.kyu	jo		tsuki no bu	choku tsuki, kaeshi tsuki, ushiro tsuki, tsuki no gedangaeshi, tsuki no jodangaeshi
		ken		suburi	hanmi, zengo
				kirikaeshi	hanmi
		tachiwaza	aihanmi katatedori (kosadori)	iriminage	ikkyo iriminage shihonage
				gyakuhanmi katatedori	
Az előző vizsgától számított 20 edzésnap	alapmozgások		funakogi undo	társon át gurulás társon át esés a partner körül	
			tobikoshi ukemi		
			tobikoshi sutemi		
			shikko kaiten		
	6.kyu	jo		men no bu	shomen uchikomi, renzoku uchikomi, menuchi ushiro tsuki, menuchi gedangaeshi, hidariyokomen ushiro tsuki
		ken		tsuki	kihon és fumikomi; tachiwaza
		tachiwaza	gyakuhanmi katatedori	kokyunage	uchi
				kaitennage	
			katadori	ikkyo	
				ryotedori	
zagi	ryotedori	kokyu ho			
Az előző vizsgától számított 30 edzésnap	alapmozgások	shomenuchi, yokomenuchi, tsuki		partnerrel	
			jo	katate no bu nagare no bu	katate gedangaeshi, katate tomauchi, katate hachinojigaeshi hidari nagaregaeshi uchi, migi nagaregaeshi tsuki
			ken	kirikaeshi tsuki	ashi no fumikae mae ashi no fumikae mae
	5.kyu	gyakuhanmi katatedori		kotegaeshi	soto
				kaitennage	
				ikkyo	
		tachiwaza	shomenuchi	iriminage	uchi
				shihonage	
				kotegaeshi kaitennage	
	tsuki (chudan)		ikkyo	omote	
nikyo					
munedori	uchikaiten sankyo				
zagi	shomenuchi	ikkyo			
Az előző vizsgától számított 40 edzésnap	jo		hasso no bu	hassogaeshi uchi, hassogaeshi tsuki, hassogaeshi ushiro tsuki, hassogaeshi ushiro uchi, hassogaeshi ushiro barai	
	ken		zengo no ido	suburi, kirikaeshi, fumikomi tsuki; mae és ushiro; tachiwaza	
	4.kyu	morotedori (katate ryotedori)	ikkyo	tomeru védéssel tomeru védéssel soto, tomeru védéssel	
			iriminage		
			kokyunage		
		kokyu ho			
		shomenuchi	ikkyo		
			nikyo		
	sankyo yonkyo				
	yokomenuchi		ikkyo		
iriminage					
kaitennage					
zagi	shomenuchi	nikyo iriminage			

Fontos tudnivalók

A vizsga elején az uke és a tori fegyverrel a kezükben feljönnek a szőnyegre és egymástól egy tatami távolságra leülnek a vizsgáztatók által kijelölt helyre úgy, hogy amikor a tori és az uke meghajolnak egymás felé, a shomen a tori jobb oldalán legyen. A technikák bemutatása során azok végrehajtása folyamatos legyen, amíg a vizsgáztatók másképp nem rendelkeznek. A következő technikákból mindig 2 omote és 2 ura változat ismételt bemutatása szükséges: ikkyo, nikyo, sankyo, yonkyo, gokyo, shihonage. Ha csak omote vagy csak ura változat szükséges, arra a vizsgaanyag és a vizsgáztatók külön felhívják a figyelmet. A leszorítástechnikák (az ikkyo is) akkor érnek véget, ha az uke lekopogja. Az ülésben végrehajtott technikák (zagi, hanmi-handachi) seizából indulnak. Jiyu wazánál csak dobástechnikák engedélyezettek.

Fokozat	Technikacsoport	Támadás	Technika	Jegyzetek		
Az előző vizsgától számított 50 edzésnap	jo		tsuki no bu			
			men no bu			
	ken		katate no bu			
			hasso no bu			
	3.kyu	tachiwaza	gyakuhanmi katatedori		nagare no bu	
					zengo no ido	partnerrel; suburi és kirikaeshi; mae és ushiro; tachiwaza
			morotedori (katate ryotedori)		koshinage	gyakute
					kotegaeshi	befelé forgatva
			yokomenuchi		shihonage	nagasu védéssel
					kokyu ho	nagasu védéssel
			tsuki (chudan)		kotegaeshi	uchi
					kaitennage	
			ushiro ryotedori		ikkyo	
sankyo						
iriminage						
kokyunage						
hanmi handachi waza	katatedori	shihonage				
	ryotedori	shihonage				
zagi	katadori	nikyo				
jiyu waza		yonkyo	csuklófogások előlről			
Az előző vizsgától számított 60 edzésnap	jo		13 no jo			
	ken		zengo no ido		partnerrel; fumikomi tsuki; chudan és gedan kezdéssel; mae, ushiro; tachiwaza direkt	
	2.kyu	tachiwaza	morotedori (katate ryotedori)		nikyo	
					kotegaeshi	
			ryotedori		juji garami	
					koshinage	
			yokomenuchi		kotegaeshi	befelé forgatva
					kokyu ho	soto
			tsuki (chudan)		kotegaeshi	
					kaitennage	
			ushiro katate kubijime		sankyo	
					kokyu ho	
	ushiro ryotedori	shihonage				
		kotegaeshi				
	hanmi handachi waza	katatedori	nikyo		uchi, soto	
			yonkyo			
			kaitennage			
zagi	shomenuchi	ikkyo	omote			
	katatedori	nikyo	gyakute			
yokomenuchi	kotegaeshi					
jiyu waza		ikkyo	ütések			
Az előző vizsgától számított 70 edzésnap	jo		31 no jo			
	ken		zengo no ido		partnerrel; kirikaeshi kaiten; 2 gedan 1 jodan kaiten	
	1.kyu	tachiwaza	shomenuchi		udegarami	omote, ura
					kaiten osae	uchi, soto
			tsuki (chudan)		koshinage	omote
					sumi otoshi	
			jodan tsuki		ikkyo	
					iriminage	
			katadori menuchi		ikkyo	fogó kézre
					nikyo	fogó kézre
					kokyunage	ütő kézre
			ushiro katate kubijime		ikkyo	
					koshinage	
					sankyonage	
					ikkyo	
			ushiro ryohijodori		sankyo	
	kotegaeshi					
	ushiro ryotedori	juji garami				
		iriminage				
	hanmi handachi waza	shomenuchi	kotegaeshi		tomeru védéssel	
		yokomenuchi	yonkyo			nagasu védéssel
zagi	tsuki (chudan)	ikkyo				
renzoku waza	shomenuchi ikkyogaeshi kara	kotegaeshi				
jiyu waza		kokyunage	minden támadás			