

### 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
		tachiwaza	aihanmi katatedori (kosadori)	suburi	hanmi, zengo
	kirikaeshi			hanmi	
	ikkyo				
	iriminage				
shihonage					
	gyakuhanmi katatedori	ikkyo			
iriminage					
shihonage					
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		
			ikkyo		
nikyo					
iriminage					
shihonage					
ryotedori	tenchinage				
	kokyū ho				
zagi	ryotedori				
Az előző vizsgától számított 30 edzésnap	alapmozgások	shomenuchi, yokomenuchi, tsuki		partnerrel	
	jo		katate no bu	katate gedangaeshi, katate tomauchi, katate hachinojigaeshi	
			nagare no bu	hidari nagaregaeshi uchi, migi nagaregaeshi tsuki	
	ken		kirikaeshi	ashi no fumikae mae	
			tsuki	ashi no fumikae mae	
	5.kyu	gyakuhanmi katatedori	kotegaeshi	soto	
			kaitennage		
		shomenuchi	ikkyo		
			iriminage		
shihonage					
kotegaeshi					
kaitennage					
tsuki (chudan)	ikkyo	uchi			
	nikyo				
munedori	uchikaiten sankyo	omote			
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	
			ikkyo		
	4.kyu	morotedori (katate ryotedori)	iriminage	tomeru védéssel tomeru védéssel soto, tomeru védéssel	
			kokyunage		
			kokyū ho		
			ikkyo		
		shomenuchi	nikyo		
			sankyo		
			yonkyo		
yokomenuchi	ikkyo				
	iriminage				
	kaitennage				
zagi	shomenuchi	sankyo			
		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		
			morotedori (katate ryotedori)		koshinage	partnerrel; suburi és kirikaeshi; mae és ushiro; tachiwaza	
					kotegaeshi		
			yokomenuchi		iriminage	gyakute	
					shihonage	befelé forgatva	
			tsuki (chudan)		kokyu ho	nagasu védéssel	
					kotegaeshi	nagasu védéssel	
			ushiro ryotedori		kaitennage	uchi	
ikkyo							
sankyo							
iriminage							
hanmi handachi waza	katatedori	kokyunage					
		shihonage					
zagi	katadori	shihonage					
		shihonage					
jiyu waza		nikyo	csuklófogások előlről				
		yonkyo					
Az előző vizsgától számított 60 edzésnap	jo		13 no jo				
	ken		zengo no ido				
	2.kyu	tachiwaza	morotedori (katate ryotedori)		nikyo		
					kotegaeshi		
			ryotedori		juji garami		
					koshinage		
			yokomenuchi		kotegaeshi	befelé forgatva	
					kokyu ho		
			tsuki (chudan)		kotegaeshi	soto	
					kaitennage		
			ushiro katate kubijime		ushiro ryotedori	sankyo	
						kokyu ho	
	hanmi handachi waza	katatedori	shihonage				
			kotegaeshi				
			nikyo				
			yonkyo				
	zagi	katatedori	kaitennage		uchi, soto		
ikkyo			omote				
jiyu waza		nikyo	gyakute				
		kotegaeshi	ütések				
		ikkyo					
Az előző vizsgától számított 70 edzésnap	jo		31 no jo				
	ken		zengo no ido				
	1.kyu	tachiwaza	shomenuchi		uddegarami		
					kaiten osae		
			tsuki (chudan)		koshinage	partnerrel; kirikaeshi kaiten; 2 gedan 1 jodan kaiten	
					sumi otoshi		
			jodan tsuki		ikkyo	omote, ura	
					iriminage	uchi, soto	
			katadori menuchi		ushiro katate kubijime	ikkyo	omote
						nikyo	fogó kézre
						kokyunage	fogó kézre
						ütő kézre	
	ushiro ryotedori	ushiro ryohijodori	ikkyo				
			koshinage				
			sankyonage				
			ikkyo				
	hanmi handachi waza	shomenuchi	sankyo				
			kotegaeshi				
	zagi	tsuki (chudan)	juji garami				
			iriminage				
	renzoku waza	shomenuchi ikkyogaeshi kara	kotegaeshi		tomeru védéssel		
			yonkyo		nagasu védéssel		
	jiyu waza		shihonage		minden támadás		
		ikkyo					
		kotegaeshi					
		kokyunage					