

Tekniske krav for 5 Kyu graduering.

Formelle krav

For at kunne gå op til denne prøve skal man opfylde følgende minimumskrav.

Antal træningsdage: 30 (Siden sidste graduering)

Antal måneder: 4 (Siden sidste graduering)

Tekniske krav

Den som skal eksamineres skal være forberedt på at fremvise teknikker fra tidligere grad samt

Tachi-waza

Tai no henko: Kihon og Ki no nagare (kort form)

Morote dori: Kokyu-ho

Gyaku hanmi – katate dori: Ikkyo, Nikkyo (ura), Kote gaeshi

Ryotedori: Shiho-nage.

Ai hanmi katate dori: Nikkyo (ura waza), Iriminage

Shomenuchi: Ikkyo (omote og ura), kote-gaeshi

Suwari-waza

Ryote dori: Kokyu-ho

Bukiwaza

Ken: Ken no Kamae (Højre), første, anden og tredje suburi

Jo: Jo Suburi 1-5.