

Tekniikka	Väri	
		9. kyu keltainen
Perus		Seikenzuki (lyönti paikalta ja zenkutsu dachissa, chudan / jodan)
Perus		Oizuki
Perus		Gyakuzuki
Perus		Gedanbarai, eteen- ja taaksepäin (torjunnat paikalta ja zenkutsu dachissa)
Perus		Ageuke, eteen- ja taaksepäin
Perus		Sotouke, eteen- ja taaksepäin
Perus		Shuto uke kokutsudachissa eteenpäin
Perus		Maegeri (potku paikalta ja kamaessa, chudan)
Yhdistelmä		Maegeri chudan, oizuki jodan, kamae
Yhdistelmä		Maegeri chudan, gyakuzuki chudan, kamae
Pariteknikka		Sanbon kumite -Oizuki jodan+age uke 3 kertaa+gyakuzuki ;ilmoitetaan hyökkäys ja korkeus (samanpuoleiset jalat vastakkain) -Oizuki chudan+sotouke uke 3 kertaa+gyakuzuki ;ilmoitetaan hyökkäys ja korkeus (samanpuoleiset jalat vastakkain) -maegeri chudan+gedan barai 3 kertaa+gyakuzuki ;ilmoitetaan hyökkäys ja korkeus (samanpuoleiset jalat vastakkain)
Kata		Heian Shodan
		8. kyu keltainen + mon
Kata	 +mon	Samat kuin 9. kyu, mutta paremmin tehtynä Heian Nidan (+kaikki aiemmat katat kysyttäessä)
		7. kyu oranssi
Perus		Oizuki chudan
Perus		Gyakuzuki chudan
Yhdistelmä		Ageuke, gyakuzuki, eteen- ja taaksepäin
Yhdistelmä		Gedanbarai, gyakuzuki, eteen- ja taaksepäin
Yhdistelmä		Sotouke, gyakuzuki, eteen- ja taaksepäin
Yhdistelmä		Uchiuke, gyakuzuki, eteen- ja taaksepäin
Yhdistelmä		Shutouke kokutsudachissa, eteen- ja taaksepäin
Perus		Yokogeri kekomi, kidadacissa
Perus		Yokogeri keage, kidadachissa
Perus		Maegeri chudan, kamae
Perus		Mawashigeri chudan, kamae
Pari		Sanbon kumite
Kata		Heian Sandan (+kaikki aiemmat katat kysyttäessä)

6. kyu oranssi + mon

Samat kuin 7.kyu, mutta paremmin tehtynä

Kata  +mon Heian Yondan (+kaikki aiemmat katat kysyttäessä)

5.kyu vihreä vyö

Oizuki chudan

Sotouke zenkutsudachissa, yoko enpi kidadachissa, taaksepäin

Uchiuke, gyakuzuki, taaksepäin


Gyakuzuki chudan

Ageuke, gyakuzuki, taaksepäin

Ageuke, maegeri palautus taakse, gyakuzuki, taaksepäin

Shutouke kokutsudachissa, gyakuzuki zenkutsudachissa, eteen-ja taaksepäin


Gyakuzuki jodan, gyakuzuki chudan, kamae


Perus  Kizamizuki jodan, kamae

Perus  Maegeri chudan, kamae

Perus  Mawashigeri jodan, kamae

Perus  Yokogeri kekomi, kidadachissa

Perus  Yokogeri keage, kidadachissa

Paritekniikka  Ippon kumite (oizuki, gyakuzuki, maegeri, mawashigeri)

Ottelu  Jiyu kumite

Kata  Heian Godan (+kaikki aiemmat katat kysyttäessä)

4. kyu vihreä + mon

Samat kuin 5. kyu, mutta paremmin tehtynä. Ippon kumitessa 1 kaato.

Kata  +mon Tekki Shodan (+kaikki aiemmat katat kysyttäessä)

3. kyu sininen vyö

Oizuki chudan

Ageuke, sotouke samalla kädellä, gyakuzuki, taaksepäin

Ageuke, maegeri palautus taakse, gyakuzuki, taaksepäin

Oizuki jodan, gyakuzuki chudan

Sotouke zenkutsudachissa, yoko enpi kidadachissa, uraken, gyakuzuki, taaksepäin

Shutouke kokutsudachissa, maegeri palautus taakse, gyakuzuki, taaksepäin


Uraken jodan, kamae

Gyakuzuki jodan, ashibarai, gyakuzuki chudan, kamae


Kizami yokogeri kekomi chudan, oizuki jodan, kamae

Mawashigeri jodan, yokogeri kekomi chudan, kamae


Perus  Ushirogeri chudan, kamae

Paritekniikka  Ippon kumite (oizuki, gyakuzuki, maegeri, mawashigeri)










Ottelu  Jiyu kumite



Kata  Kanku Dai (+kaikki aiemmat katat kysyttäessä)






2. kyu sininen + mon


Kata  +mon Samat kuin 3. kyu, mutta paremmin tehtynä. Ippon kumitessa 1 kaato.
Bassai Dai (+kaikki aiemmat katat kysyttäessä)

1. kyu ruskea vyö

Yhdistelmä  Oizuki jodan
Yhdistelmä  Gedanbarai, gyakuzuki, taaksepäin
Yhdistelmä  Gyakuzuki chudan
Yhdistelmä  Ageuke, gyakuzuki, taaksepäin
Yhdistelmä  Sanrenzuki
Yhdistelmä  Uchiuke, kizamizuki, gyakuzuki, taaksepäin
Yhdistelmä  Shutouke kokutsudachissa, gyakuzuki, eteen-ja taaksepäin
Yhdistelmä  Gyakuzuki jodan, gyakuzuki chudan, kamae
Yhdistelmä  Maegeri chudan+jodan, samalla jalalla ilman taukoa, kamae

Perus  Uramawashigeri jodan, kamae
Perus  Ushirogeri chudan, kamae

Yhdistelmä  Sotouke zenkutsudachissa, yoko enpi kibadachissa, uraken jodan, gyakuzuki chudan zenkutsudachissa
Yhdistelmä  Kizamizuki jodan, gyakuzuki chudan, surikomi mawashigeri jodan, gyakuzuki chudan, kamae
Yhdistelmä  Mawashigeri jodan, ushirogeri chudan, gyakuzuki chudan, ashibarai, kizamizuki jodan, gyakuzuki chudan, kamae
Yhdistelmä  Uramashigeri jodan, gyakuzuki chudan, kamae
Yhdistelmä  Maegeri, yokogeri, ushirogeri, mawashigeri samalla jalalla ilman taukoa, paikalta.

Paritekniikka  Ippon kumite (oizuki, gyakuzuki, maegeri, mawashigeri), väh. 1 kaato.

Ottelu  Jiyu kumite

Kata  Empi, Hangetsu (+kaikki aiemmat katat kysyttäessä)

Katayhteenveto

Korkeampien vöiden tulee osata myös alempien vöiden katat!

	9.kyu	Heian Shodan
	mon	8.kyu
	7.kyu	Heian Sandan
	mon	5.kyu
	4.kyu	Heian Godan
	mon	3.kyu
	2.kyu	Kanku Dai
	mon	2.kyu
	1.kyu	Empi
	1.kyu	Hangetsu
	1. Dan	Jion
	2. Dan	Nijushiho
	3. Dan	Bassai sho
		Tekki Nidan
		Kanku sho
		Gojushiho sho
		Sochin
	4. Dan	Jitte

	Jiin
	Meikyo
5. & 6. 日	Wankan
	Unsu
	Chinte
Kilpakat	Gojushiho Dai
Kilpakat	Tekki Sandan
Kilpakat	Gankaku