

6. Kyu (roheline vöö)

Kihon 3 sammu lõpus kiai.

1. Ette Hidari Zenkutsu-dachi Gedan-barai Kamae-te.
2. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Chudan Oi-zuki. Chudan Gyaku-zuki Kamae-te.
3. Tagasi selg ees Zenkutsu-dachi Gyaku-zuki. Gedan-barai Kamae-te.
4. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Soto-uke Chudan Gyaku-zuki. Gedan-barai Kamae-te.
5. Tagasi selg ees Zenkutsu-dachi Uchi-uke Chudan Gyaku-zuki. Gedan Barai Kamae-te.
6. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Age-uke Chudan Gyaku-zuki. Kokutsu-dachi Shuto-uke Kamae-te.
7. Tagasi selg ees Kokutsu-dachi Shuto-uke. Zenkutsu-dachi Kakiwake Gedan-barai Kamae-te.
8. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Chudan Mae-geri.Mawate Kakiwake Gedan-barai Kamae-te.
9. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Ren-geri (Mae-geri erinevad jalad).Mawate Kakiwake Gedan-barai Kamae-te
- 10.Edasi liikumine Mawashi-geri. Zenkutsu-dachi. Näoga eksamineerija poole Kiba-dachi Kamae-te.
- 11.Yoko-geri Keage. Tagasi teisel poolega. Kiba-dachi.
- 12.Yoko-geri Kekomi. Tagasi teise poolega.Yame.

Kumite

Sanbon Kumite 3 sammu.

1. Rünnak. Jodan Oi-zuki / Chudan Oi-zuki / Chudan Mae-geri.
2. Kaitse. Age-uke / Soto-uke / Gedan-barai / lõpus Gyaku-zuki Kiai.

Kata

Heian Sandan.

Miinimum ajavahe eelmisest eksamist 10 kuud, eksami tasu 25 eurot