

Tekniske krav for Kyu graduering.

6 kyu

Formelle krav

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

Antal træningsdage: 20

Antal måneder: 3

Tekniske krav:

Tachi-waza

Ukemi (Mae og Ushiro)

Hanmi (Venstre og Højre)

Shikko (Fremad og Baglæns)

Tai no henko (Gyaku hanmi – katate dori)

Morote dori: Kokyu-ho

Kata dori: Ikkyo, Nikkyo

Ai hanmi – katate dori (Kosa dori): Ikkyo, omote og ura waza, Kote-gaeshi

Gyaku hanmi – katate dori: Shiho nage, omote og ura waza

Ryote dori: Tenchi nage

Suwari-waza

Ryote dori: Kokyu-ho