

5 КЮ

Необходимый стаж занятий 4 месяца

Дополнительные требования:
правильная осанка; знание этикета;
знание терминологии; корректное
отношение к партнёру; понимание
различий омотэ/ура; скорость
выполнения умеренная.

АСИ ВАЗА

(техника перемещений)

- цуги аси
- тэнкай
- тэнкан
- тай сабаки

Перемещения с партнером

- Сёмэн учи – тай сабаки

УКЭМИ ВАЗА

- маэ укэми
- усиро укэми
- ёко укэми

ТАЧИ ВАЗА

(техника исполнения приемов стоя)

Ай-ханми кататэ дори

- иккё
- ирими нагэ
- сихо нагэ
- котэ гаэси
- удэкимэ нагэ
- учи кайтэн нагэ
- коси нагэ

Ката дори

- иккё

Сёмэн учи

- иккё
- ирими нагэ
- котэ гаэси

СУВАРИ ВАЗА

Сикко (перемещение на коленях)

Рётэ дори

- Кокю хо