

Prüfungsprogramm 1. KYU

SUWARIWAZA			
Shomenuchi Kiawase	1	Ikkyo Omote/Ura	
	2	Yonkyo Omote/Ura	
		Gyakuyonkyo	
3	Udegarami	bis Osae	
TACHIWAZA			
Shomenuchi	4	Iriminage	1.Tori: Ushiroashi Irimi Tenkan Sabaki, Stellung immer rechts oder immer links 2.Uke: Angriff rechts oder links
	5	Kotegaeshi	1. Sankakutai Sabaki 2. Ura Sankakutai Sabaki (Hitoemi Sabaki)
	6	Aikiotoshi	Maeotoshi, Ushirootoshi
	7	Sankyogoshi	von Ikkyo-Kuzushi
	8	Shihonage	1. Basis, 2.Variation
	9	Iriminage	Taninzutori
Katatetori Aihanmi	10	Ikkyo Omote	Nikyo- und Sankyo-Kuzushi
	11	Aikigoshi und Kaitennage	Irimi Tenkan Sabaki
Katatetori Gyakuhanmi	12	Aikigoshi und Kaitennage	Tenkan Sabaki
Ryotetori	13	Shihonage	Verschiedene
	14	Tenchinage	
	15	Genkeikokyunage	
Katate Ryotetori	16	Jyujigarami	Renrakuhenka-Waza
	17	Jyujigarami-Kotegaeshi Jyujigarami-Iriminage	
	18	Kokyunage	
Ushiro Ryotetori	19	Sankyo	
	20	Yonkyo	
	21	Jyujigarami	
Katatori Menuchi	22	Ikkyo	Tenkan Tenshin
	23	Iriminage	2 Formen, rechts - links
	24	Tenchinage	
Chudantsuki	25	Soto Kaitennage	(Udegarami-Nikyo Ura-Osae)
	26	Udegarami Sankyonage	(Theorie Sankyo)
	27	Udegarami Yonkyonage	(Theorie Yonkyo)
Yokomen Uchi	28	Shihonage	Ushiroashi Irimi Tenkan Kirioroshi Sabaki
	29	Iriminage	
	30	Jiyuwaza	
Chudantsuki	31	Ikkyo bis Yonkyo	1. Ushiroashi Irimi Tenkan Tenshin: Omote 2. Maeashi Irimi: Ura
Katatetori Aihanmi	32	Ikkyo bis Yonkyo	Maeashi Irimi: Omote