



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 1. DANerako AZTERKETA ORRIA

1. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein) :

REI	UKEMI	KUMIKATA	SHINTAI-TAI SABAKI	TORI
-----	-------	----------	--------------------	------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak desplazamendu batean egingo ditu teknikak.

- O GOSHI
- O UCHI GARI
- DE ASHI HARAI
- SASAE TSURI KOMI ASHI

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo lau funts hauetako bi azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOBILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak jarrera batetik abiatuta egin beharko ditu teknikak:

- TATE SHIHO GATAME
- HON KESA GATAME
- KATA JUJI JIME
- GYAKU JUJI JIME
- UDE GARAMI

7.- NAGE NO KATA

Toriren Kata egin beharko du, irekitzeko eta ixteko zeremoniaz.

- TE WAZA
- KOSHI WAZA
- ASHI WAZA
- MA SUTEMI WAZA
- YOKO SUTEMI WAZA



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 1. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

SHIAI	KUZUSHI	TSUKURI	KAKE	UKE
-------	---------	---------	------	-----

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak desplazamendu batean egingo ditu teknikak.

- O SOTO GARI
- HIZA GURUMA
- HARAI GOHSI
- TAI OTOSHI

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOVILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak jarrera batetik abiatuta egin beharko ditu teknikak.

- YOKO SHIHO GATAME
- KAMI SHIHO GATAME
- NAMI JUJI JIME
- HADAKA JIME
- UDE HISHIGI JUJIGATAME

7.- NAGE NO KATA

Toriren Kata egin beharko du, irekitzeko eta ixteko zeremoniaz.

- TE WAZA
- KOSHI WAZA
- ASHI WAZA
- MA SUTEMI WAZA
- YOKO SUTEMI WAZA



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 1. DANerako AZTERKETA ORRIA

3. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

UCHIKOMI	RANDORI	SHISHE	SHINTAI-TAI SABAKI	KUMIKATA
----------	---------	--------	--------------------	----------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak desplazamendu batean egingo ditu teknikak.

- O SOTO GARI
- OKURI ASHI HARAI

- SEOI NAGE

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOVILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak jarrera batetik abiatuta egin beharko ditu teknikak.

- HON KESA GATAME
- KAMI SHIO GATAME
- KATA JUJI JIME
- GYAKU JUJI JIME
- UDE HISHIGI JUJI GATAME

7.- NAGE NO KATA

Toriren Kata egin beharko du, irekitzeko eta ixteko zeremoniaz.

- TE WAZA
- KOSHI WAZA
- ASHI WAZA
- MA SUTEMI WAZA
- YOKO SUTEMI WAZA



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 2. DANerako AZTERKETA ORRIA

1. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

UCHIKOMI	RANDORI	SHISHE	SHINTAI-TAI SABAKI	KUMIKATA
----------	---------	--------	--------------------	----------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak bi desplazamendutan egingo ditu teknikak.

- KO SOTO GAKE
- UCHI MATA
- HANE GOSHI
- UKI OTOSHI
- TOMOE NAGE
- YOKO GURUMA

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOVILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak jarrera batetik abiatuta egin beharko ditu teknikak.

- KATA GATAME
- KUZURE KAMI SHIHO GATAME
- KATA HA JIME
- UDE HISHIGI WAKI GATAME

7.- KATAME NO KATA

Hautagaiak Toriren KATAME NO KATA osorik egingo du, Kata irekitzeko eta ixteko zeremoniaz. -.

- OSAEKOMI WAZA
- SHIME WAZA
- KANTSETSU WAZA

Epaimahaia eskatu ahal izango du NAGE NO KATAko SUTEMI WAZAk egitea.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 2. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

UCHIKOMI	RANDORI	NAGE KOMI	SHIAI	KUMIKATA
----------	---------	-----------	-------	----------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak bi desplazamendutan egingo ditu teknikak.

- KO UCHI GARI
- KO SOTO GARI
- KOSHI GURUMA
- KO SOTO GARI
- TSURI KOMI GOSHI
- SUMI GAESHI
- YOKO GAKE

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOVILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak jarrera batetik abiatuta egin beharko ditu teknikak.

- KUZURE KESA GATAME
- OKURI ERI JIME
- KATA HA JIME
- UDE HISHIGI UDE GATAME

7.- KATAME NO KATA

Hautagaiak Toriren KATAME NO KATA osorik egingo du, Kata irekitzeko eta ixteko zeremoniaz. -.

- OSAEKOMI WAZA
- SHIME WAZA
- KANTSETSU WAZA

Epaimahaia eskatu ahal izango du NAGE NO KATAko SUTEMI WAZAk egitea.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 2. DANerako AZTERKETA ORRIA

3. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

UCHIKOMI	RANDORI	KUZUSHI	SHINTAI-TAI SABAKI	TSUKURI
----------	---------	---------	--------------------	---------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak bi desplazamendutan egingo ditu teknikak.

- UCHI MATA
- KO UCHI GARI
- TSURI GOSHI
- KATA GURUMA
- URA NAGE
- UKI WAZA

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOVILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak jarrera batetik abiatuta egin beharko ditu teknikak.

- KATA GATAME
- KUZURE KESA GATAME
- OKURI ERI JIME
- UDE HISHIGI WAKI GATAME

7.- KATAME NO KATA

Hautagaiak Toriren KATAME NO KATA osorik egingo du, Kata irekitzeko eta ixteko zeremoniaz. -

- OSAEKOMI WAZA
- SHIME WAZA
- KANTSETSU WAZA

Epaimahaia eskatu ahal izango du NAGE NO KATAko SUTEMI WAZAk egitea.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 3. DANerako AZTERKETA ORRIA

1. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

TANDOKU RENSHU	SOTAI RENSHU	YOKO SOKU GEIKO	KAKARI GEIKO
----------------	--------------	-----------------	--------------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak iru desplazamendutan egingo ditu teknikak.

- O SOTO OTOSHI
- UTSURI GOSHI
- O GURUMA
- UCHI MAKI KOMI
- MOROTE GARI
- KUCHIKI TAOSHI
- TANI OTOSHI

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOVILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak bi jarreratik abiatuta egingo ditu teknikak.

- RYOTE JIME
- UDE HISHIGI HIZA GATAME

7.- KIME NO KATA

Hautagaiak Toriren KIME NO KATA osorik egingo du.

- IDORI
- TACHI-AI

Epaimahaia eskatu ahal izango du KATAME NO KATAren talde bat egitea.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 3. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

TANDOKU RENSHU	SOTAI RENSHU	YOKO SOKU GEIKO	KAKARI GEIKO
----------------	--------------	-----------------	--------------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak iru desplazamendutan egingo ditu teknikak.

- HARAI TSURI KOMI ASHI
- ASHI GURUMA
- USHIRO GOSHI
- SEOI OTOSHI
- SOTO MAKIKOMI
- SUKUI NAGE
- YOKO OTOSHI

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOBILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA.

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak bi jarreratik abiatuta egingo ditu teknikak.

- TSUKOMI JIME
- UDE HISHIGI HARA GATAME

7.- KIME NO KATA

Hautagaiak Toriren KIME NO KATA osorik egingo du.

- IDORI
- TACHI-AI

Epaimahaia eskatu ahal izango du KATAME NO KATAren talde bat egitea.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 4. DANerako AZTERKETA ORRIA

1. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

RENRAKU WAZA	RENZOKU WAZA	KAESHI WAZA	CIKARA NO ÔYÔ
--------------	--------------	-------------	---------------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak lau desplazamendutan egingo ditu teknikak.

- O SOTO GURUMA
- HANE MAKI KOMI
- SUMI OTOSHI
- TAWARA GAEHI
- O SOTO MAKIKOMI
- O SOTO GAESHI

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOVILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak lau jarreretatik abiatuta egingo ditu teknikak

- SODE GURUMA JIME
- KATA TE JIME
- UDE HISHIGI SANKAKU GATAME

7.- KIME NO KATA

Hautagaiak Toriren eta Ukeren KIME NO KATA osorik egingo du.

- IDORI
- TACHI-AI

Epaimahaia eskatu ahal izango du NAGE NO KATAren eta KATAME NO KATAren talde bat egitea



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 4. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

RENRAKU WAZA	RENZOKU WAZA	KAESHI WAZA	CIKARA NO ÔYÔ
--------------	--------------	-------------	---------------

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak lau desplazamendutan egingo ditu teknikak.

- HARAI MAKI KOMI
- KIBISHU GAESHI
- UCHI MATA MAKIKOMI
- O UCHI GAESHI
- KO UCHI GAESHI

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

Hautagaiak hurrengo bost funtsetako lau azaldu eta erakutsi beharko ditu (Epaimahaik aukeratuko du zein):

INMOVILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOETARATAKO IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak lau jarreratik abiatuta egingo ditu teknikak.

- SODE GURUMA JIME
- KATA TE JIME
- UDE HISHIGI SANKAKU GATAME

7.- KIME NO KATA

Hautagaiak Toriren eta Ukeren KIME NO KATA osorik egingo du.

- IDORI
- TACHI-AI

Epaimahaia eskatu ahal izango du NAGE NO KATAren eta KATAME NO KATAren talde bat egitea



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 5. DANerako AZTERKETA ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak programako funts bat, Epaimahaiak aukeratua, azaldu eta erakutsiko du:

2.- TOKUI WAZA

Zutikako judoko teknika. Hautagaiak zabal garatuko du zenbait desplazamendu, konbinazio, kateatze, defentsa eta kontren bidez.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak zenbait desplazamendutan egingo ditu teknikak.

- | | |
|---------------------|--------------------|
| - UCHI MATA GAESHI | HANE GOSHI GAESHI |
| - UCHI MATA SUKASHI | HARAI GOSHI GAESHI |
| - TSUBAME GAESHI | YOKO WAKARE |
| - DAKI WAKARE | HIKIKOMI GAESHI |
| - YAMA ARASHI | OBI OTOSHI |

4.- LURREKO JUDOAREN FUNTSAK

Hautagaiak programako funts bat, Epaimahaiak aukeratua, azaldu eta erakutsiko du:

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko teknika hau aurkeztu eta zabal garatu beharko du erasoko, irteerako eta defentsako mugimenduekin.

6.- NE WAZA

Hautagaiak zenbait jarreratik abiatuta egingo ditu teknikak.

- SANKAKU JIME
- UDE HISHIGI ASHI GATAME
- UDE HISHIGI TE GATAME

7.- JU NO KATA

Hautagaiak Toriren eta Ukeren JU NO KATA osorik egingo du.

- IKKYO
- NIKYO
- SANKYO

Epaimahaiak eskatu ahal izango du honako Kata hauen talde bat egitea:

- NAGE NO KATA
- KATAME NO KATA
- KIME NO KATA



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACION VASCA DE JUDO Y DD. AA.

JUDOKO 6. DANerako AZTERKETA ORRIA

1.- NAGE WAZA

Hautagaiak Zutikako Judoko lan bat egingo du, berak aukeratzen duena, bere TOKUI WAZAz kanpo.

2.- NE WAZA

Hautagaiak Lurreko Judoko lan bat egingo du, berak aukeratzen duena, bere TOKUI WAZAz kanpo.

3.- KATA

KODOKAN GOSHIN JUTSU NO KATA

Hautagaiak Toriren KODOKAN GOSHIN JUTSU osorik egingo du.

TOSHU-NO-BU

1- Distantzia laburreko erasoak

Ryote-dori
Hidari-eri-dori
Migi-eri-dori
Kata-ude-dori
Ushiro-eri-dori
Ushiro-jime
Kakae-dori

2- Distantzia luzeko erasoak

Naname-uchi
Ago-tsuki
Ganmen-tsuki
Mae-geri
Yoko-geri

BUKI-NO-BU

3- Erasoak sastakiaarekin

Tsukkake
Choku-zuki
Naname-zuki

4- Erasoak makilarekin

Furiage
Furioroshi
Morote-zuki

5- Erasoak pistolarekin

Shomen-zuke
Koshi-gamae
Haimen-zuke

Epaimahaiak eskatu ahal izango du aurreko graduetako Kata bat egitea, hautagaiak aukeratzen duena.