



8,1 KYU egzamino programa (geltonas diržas)

Kihon (leidžiama su skaičiavimu)

- | | |
|-----------------------------------|---------------------|
| 1. Oi zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 2. Age uke / gyaku zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 3. Soto uke / gyaku zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 4. Uchi uke / gyaku zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 5. Gedan barai / gyaku zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 6. Mae geri keage (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 7. Mae geri kekomi (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |

Kata (leidžiama su skaičiavimu)

Taikyoku Shodan (Pradžią pradžia)

8 (8,2) KYU egzamino programa (geltonas diržas)

Kihon

- | | |
|-----------------------------------|---------------------|
| 1. Oi-zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 2. Age uke / gyaku zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 3. Soto uke / gyaku zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 4. Uchi uke / gyaku zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 5. Gedan barai / gyaku zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 6. Shuto uke (kkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 7. Mae geri keage (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 8. Mae geri kekomi (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 9. Yoko geri keage (kd) | 3 x pirmyn ir atgal |

Kata

Heian Shodan (Tigras)

Kumite (8,2 kyu leidžiama su skaičiavimu)

Gohon kumite: tori – oi zuki jodan, oi zuki chudan.
uke – age uke, soto uke.
