



5.kyu

NAGE - WAZA

- Ko - uchi - gari
- O - uchi - gari
- O - goshi
- O - soto - otoshi

TOKUI - WAZA > NE - WAZA

Kombinācija - pēc metiena pāriešana guļus cīņas tehnikā

Osaekomi - waza

- Kesa - gatame
- Yoko - shiho - gatame

4.kyu

NAGE - WAZA

- Sasae - tsurikomi - ashi
- Ko - soto - gake
- Koshi - guruma
- Ippon - seoi - nage
- Tai - otoshi

TOKUI - WAZA > NE - WAZA

Kombinācija - pēc metiena pāriešana guļus cīņas tehnikā

Osaekomi - waza

- Kami - shiho - gatame

Ude - kansetsu

- Ude - hishigi - juji - gatame

Shime - waza

- Okuri- eri - jime



3.kyu

NAGE - WAZA

- Okuri - ashi - barai
- Uchi - mata
- Hane - goshi
- Seoi - otoshi
- Soto - Makikomi
- Tomoe - nage

TOKUI - WAZA > NE - WAZA

Kombinācija - pēc metiena pāriešana guļus cīņas tehnikā

Osaekomi - waza

- Tate - shiho - gatame

Ude - kansetsu

- Ude - garami

Shime - waza

- Gjaku - juji - jime

2.kyu

NAGE - WAZA

Te - waza

- Uki - otoshi
- Seoi - nage
- Kata - guruma

Koshi - waza

- Uki - goshi
- Harai - goshi
- Tsurikomi - goshi

Ashi - waza

- Okuriashi - harai
- Sasae - tsurikomi - ashi
- Uchi - mata



1.kyu

NAGE - WAZA

Te - waza

- Uki - otoshi
- Seoi - nage
- Kata - guruma

Koshi - waza

- Uki - goshi
- Harai - goshi
- Tsurikomi - goshi

Ashi - waza

- Okuriashi - harai
- Sasae - tsurikomi - ashi
- Uchi - mata