

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET

2017-



Merkkien selitykset

- Zd. = Zenkutsudachi
Kod. = Kokutsudachi
Kid. = Kibadachi
J. = Jodan
Ch. = Chudan
/ = Liike vaihtuu
// = Kamae, pieni pysähdys
< = Askel taaksepäin
> = Askel eteenpäin
◀ = Suriashi taaksepäin
▶ = Suriashi eteenpäin
▶▶ = Surikomi eteenpäin

- Sanbon kumite = Kolmen askeleen ottelu
Kihon Ippon Kumite = Perustekniikan mukainen yhden askeleen ottelu
Ippon Kumite = Yhden pisteen ottelu
Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu
Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu
Renkun wazat voidaan tehdä myös taaksepäin
(>< = 3-5 kertaa eteen- ja taaksepäin)
Gyakuzukeissa kantapää ylhäällä vain jos maininta, kamae yhdistelmätekniikoissa vain jos maininta.

Keltainen (5 kyu)

Uke	1. Akeuke>< 2. Sotouke>< ja ▶(suriashissa kamae / haku ja painostus takajalalle) 3. Gedanbarai>< 4. Shutouke ><
Zuki	1. Oizuki> 2. Gyakuzuki> ja paikaltaan kantapää ylhäällä
Geri	1. Maegeri> (kamae) 2. Yokogeri kekomi, paikaltaan ja Gibadachi ristiaskel(kamae)
Liikkuminen	Kamae vastakkain parin kanssa
Renraku waza	1. Maegeri >/ Oizuki 2. Akeuke ></Gyakuzuki 3. Sotouke>< / Gyakuzuki 4. Gedanbarai>< / Gyakuzuki 5. Sotouke▶/Gyakuzuki▶kantapää ylhäällä (kamae / haku), torjunnassa painostus takajalalle
Kata	Heian shodan
Kumite	Sanbon kumite

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET

Merkkien selitykset



- Zd. = Zenkutsudachi
 Kod. = Kokutsudachi
 Kid. = Kibadachi
 J. = Jodan
 Ch. = Chudan
 / = Liike vaihtuu
 // = Kamae, pieni pysähdys
 < = Askel taaksepäin
 > = Askel eteenpäin
 ◀ = Suriashi taaksepäin
 ▶ = Suriashi eteenpäin
 ▶▶ = Surikomi eteenpäin

- Sanbon kumite = Kolmen askeleen ottelu
 Kihon Ippon Kumite = Perustekniikan mukainen yhden askeleen ottelu
 Ippon Kumite = Yhden pisteen ottelu
 Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu
 Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Renkun wazat voidaan tehdä myös taaksepäin
 (>< = 3-5 kertaa eteen- ja taaksepäin)

Gyakuzukeissa kantapää ylhäällä vain jos maininta, kamae yhdistelmätekniikoissa vain jos maininta.

Oranssi (4 kyu)

Uke	1. Akeuke>< ja ◀ 2. Sotouke>< 3. Uchiuke>< 4. Gedanbarai>< 5. Shutouke ><	◀ Kamaesta (suriashissa kamae / haku ja painostus takajalalle)
Zuki	1. Oizuki> 2. Gyakuzuki> 3. Gyakuzuki▶▶ kantapää ylhäällä 4. Kizamizuki ▶	▶ ja ▶▶ kamaesta
Geri	1. Maegeri> 2. Mawashigeri (Ch.) > 3. Yokogeri kekomi (Kid.) sivuttain ristiaskel> 4. Yokogeri keage (Kid.) sivuttain ristiaskel>	Kamaesta
Renraku waza	1. Oizuki >/ Gyakuzuki 2. Maegeri >/ Kizamizuki 3. Maegeri >/ Mawashigeri (Ch.) > (kamae) 4. Shutouke (Kod.) >/ Gyakuzuki (Zd.) 5. Akeuke ◀/Gyakuzuki▶ kantapää ylhäällä(kamae / haku), torjunnassa painostus takajalalle	
Kata	Heian nidan	
Liikkuminen	Kamae, toinen seuraa(pidetään oikea etäisyys)	
Kumite	Kihon ippon kumite Torjunnat 45° taaksepäin, takajalka koukussa painostus.	1 x Oizuki (J.) 1 x Oizuki (Ch.) 1 x Maegeri 1 x Yokogeri kekomi

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET

Merkkien selitykset



- Zd. = Zenkutsudachi
 Kod. = Kokutsudachi
 Kid. = Kibadachi
 J. = Jodan
 Ch. = Chudan
 / = Liike vaihtuu
 // = Kamae, pieni pysähdys
 > = Askel taaksepäin
 < = Askel eteenpäin
 ◀ = Suriashi taaksepäin
 ▶ = Suriashi eteenpäin
 ▶▶ = Surikomi eteenpäin

- Sanbon kumite = Kolmen askeleen ottelu
 Kihon Ippon Kumite = Perustekniikan mukainen yhden askeleen ottelu
 Ippon Kumite = Yhden pisteen ottelu
 Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu
 Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Renkun wazat voidaan tehdä myös taaksepäin
 (>< = 3-5 kertaa eteen- ja taaksepäin)

Gyakuzukeissa kantapää ylhäällä vain jos maininta, kamae yhdistelmätekniikoissa vain jos maininta.

Vihreä (3 kyu)

Uke	1. Akeuke>< 2. Sotouke>< 3. Uchiuke>< 4. Shutouke ><(ei kamaeta)	Kamaesta, selkeä haku
Zuki	1. Oizuki> 2. Gyakuzuki▶▶ kantapää ylhäällä 3. Kizamizuki▶ 4. Nagashizuki	Kamaesta
Geri	1. Maegeri> 2. Mawashigeri (J.)> 3. Yokogeri kekomi (Kid.)sivuttain ristiaskel> 4. Yokogeri keage (Kid.) sivuttain ristiaskel> Ushirogeri>	Kamaesta
Renraku waza kamaesta	1. Maegeri>/Mawashigeri (J.)>/Gyakuzuki 2. Yokogeri kekomi>/Ushirogeri>/Gyakuzuki 3. Uchiuke>< / Kizamizuki / Gyakuzuki 4. Kizamizuki ▶/ Gyakuzuki 5. Nagashi sotuke/Gyakuzuki	Gyakuzukeissa takajalan kantapää ylhäällä
Kata	Heian sandan	
Kumite	Ippon kumite (kamae) Torjunnat 45° ◀(tai pois linjalta) takajalan painostus. Vastahyökkäyksissä gyakuzukeissa takajalan kantapää ylhäällä.	1 x Oizuki (J.) 1 x Oizuki (Ch.) 1 x Maegeri 1 x Yokogeri kekomi 1 x Mawashigeri (J.)

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET

Merkkien selitykset



- Zd. = Zenkutsudachi
 Kod. = Kokutsudachi
 Kid. = Kibadachi
 J. = Jodan
 Ch. = Chudan
 / = Liike vaihtuu
 // = Kamae, pieni pysähdys
 < = Askel taaksepäin
 > = Askel eteenpäin
 ◀ = Suriashi taaksepäin
 ▶ = Suriashi eteenpäin
 ▶▶ = Surikomi eteenpäin

Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu

Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Renkun wazat voidaan tehdä myös taaksepäin(>< = 3-5 kertaa eteen- ja taaksepäin)

Gyakuzukeissa kantapää ylhäällä vain jos maininta, kamae yhdistelmätekniikoissa vain jos maininta.

Sininen (2 kyu)

Uke	1. Akeuke>< ja ◀ 2. Sotouke>< ja ◀ 3. Uchiuke>< 4. Shutouke ><(ei kamaeta)	Kamaesta, ei hakua / pieni haku
Zuki	1. Oizuki> 2. Gyakuzuki ▶ kantapää ylhäällä 3. Kizamizuki ▶▶ 4. Nagashizuki 5. Uraken > ja ▶	Kamaesta
Geri	1. Mae-Maegeri ▶▶ 2. Mawashigeri (J.) > 3. Mea-Yokogeri kekomi(Zd. paikaltaan) 4. Uramawashigeri (J.) > 5. Ushirogeri >	
Renraku waza	1. Akeuke>/ Maegeri paikalta / Gyakuzuki 2. Sotouke (Zd.) >/ Yoko-empi (Kid.) / Uraken (Kid.) 3. Uchiuke<45°/Gyakuzuki kantapää ylhäällä//Kizamizuki▶ (kombinaatio taaksepäin, kamaesta) 4. Shutouke >/ Mae - Maegeri / Gyakuzuki▶ kantapää ylhäällä, kamaesta 5. Yokogeri kekomi >/ Ushirogeri >/ Uraken / Gyakuzuki kantapää ylhäällä, kamaesta 6. Gedanbarai 45°◀(takajalan painostus) / Gyakuzuki kantapää ylhäällä	
Kata	Heian Yondan Heian Godan	
Kumite	Jiyu Ippon kumite (kamae, vapaa liikkuminen) torjunta ja vastahyökkäys, ei suoraan vastahyökkäystä.	1 x Kizamizuki▶▶ 1 x Oizuki (J.) > 1 x Gyakuzuki ▶(Ch.) 1 x Maegeri> 1 x Mawashigeri (J.)>
	Jiyu Kumite (vapaa ottelu)	

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET

Merkkien selitykset



Zd. = Zenkutsudachi

Kod. = Kokutsudachi

Kid. = Kibadachi

J. = Jodan

Ch. = Chudan

/ = Liike vaihtuu

// = Kamae, pieni pysähdys

< = Askel taaksepäin

> = Askel eteenpäin

▲ = Suriashi taaksepäin

▶ = Suriashi eteenpäin

▶▶ = Surikomi eteenpäin

Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu

Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Renkun wazat voidaan tehdä myös taaksepäin (>< = 3-5 kertaa eteen- ja taaksepäin)

Gyakuzukeissa kantapää ylhäällä vain jos maininta, kamae yhdistelmätekniikoissa vain jos maininta.

Ruskea (1 kyu)

Uke	1. Akeuke>< ja ▲ 2. Sotouke>< ja▲ 3. Uchiuke>< 4. Shutouke >< (ei kamaeta)	Kamaesta, ei hakua / pieni haku
Zuki	1. Oizuki> 2. Gyakuzuki▶▶ kantapää ylhäällä 3. Kizamizuki▶▶ 4. Nagashizuki 5. Uraken ▶	Kamaesta
Geri	1. Maegeri> 2. Mae-Mawashigeri ▶▶ 3. Mae-Uramawashigeri ▶▶ 4. Ushirogeri> 5. Mae-Yokogeri kekomi (Kid.)▶ etujalalla 6. Yokogeri keage (Kid.) sivuttain ristiaskel▷	Kamaesta
Renraku waza kamesta	1. Akeuke >/ Maegeri paikalta / Gyakuzuki // Nagashizuki 2. Sotouke >/ Yoko-empi (Kid.) / Uraken / Gyakuzuki (Zd. Kantapää ylhäällä) 3. Oizuki>/Gyakuzuki // Uchiuke <45°/ Maegeri (paikalta) / Mae-Mawashigeri (J.) 4. Oizuki >/ Gedanbarai </ Gyakuzuki kantapää ylhäällä//Mawashigeri(J.)>/ Gyakuzuki kantapää ylhäällä 5. Maegeri(paikaltaan)//Ashibarai>/Mae-Mawashigeri(J.)(sama jalka)/ Uraken/Gyakuzuki kantapää ylhäällä 6. Sotouke 45°◀/Kizamizuki▶/Gyakuzuki kantapää ylhäällä 7. Gedanbarai 45°/Gyakuzuki(painostuksella ja askel eteen) 8. Sotouke◀/uraken(samalla kädellä) ▶	
Kata	Tekki Shodan Bassai Dai	
Kumite	Jiyu Ippon kumite (kamae, vapaa liikkuminen) torjunta ja vastahyökkäys, ei suoraan vastahyökkäystä.	1 x Kizamizuki ▶tai▶▶ 1 x Oizuki (J.) > 1 x Oizuki (Ch.) > 1 x Gyakuzuki ▶tai▶▶(Ch.) 1 x Maegeri > 1 x Mawashigeri (J.) > 1 x Ushirogeri >
	Jiyu Kumite (vapaa ottelu)	

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET



Merkkien selitykset

- Zd. = Zenkutsudachi
 Kod. = Kokutsudachi
 Kid. = Kibadachi
 J. = Jodan
 Ch. = Chudan
 / = Liike vaihtuu
 // = Kamae, pieni pysähdys
 < = Askel taaksepäin
 > = Askel eteenpäin
 ◀ = Suriashi taaksepäin
 ▶ = Suriashi eteenpäin
 ▶▶ = Surikomi eteenpäin
 Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu
 Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Musta (1 dan)

Kihon	<ol style="list-style-type: none"> Oizuki (J.) > Sanbon zuki > Oizuki (Ch.) > / Sotouke ◀ / Yoko Empi ▶ (Kid.) / Uraken / Gyakuzuki (Zd. Kantapää ylhäällä) kamaesta Uchiuke > / Mae-Maegeri / Gyakuzuki Kizamizuki ▶ / Gyakuzuki kantapää ylhäällä // Mae-Mawashigeri / Gyakuzuki kantapää ylhäällä, kamaesta Oizuki (J.) > / Gyakuzuki (Ch.) / Gedanbarai < / Oizuki (Ch.) > Gyakuzuki (J.) kantapää ylhäällä (painostuksella) / Gyakuzuki (J.) > / Shutouke < (Kod.) / Ushirogeri > (kamaesta) Mae - Mawashigeri / Mawashigeri > / Uraken (kamaesta) Mae - Maegeri / Mawashigeri > / Uraken (kamaesta) Gedan Nagashiuke 45° ◀ / Gyakuzuki kantapää ylhäällä / Mae-Mawashigeri (kamaesta) Sotouke 45° / Mae-Mawashigeri / Gyakuzuki ▶ kantapää ylhäällä (kamaesta) Gyaku gedanbarai (etuviistoon) ▶ / Gyakuzuki > kantapää ylhäällä (kamaesta) Testin pitäjän määräämä kombinaatio
Paikalta	Paikalta Molemmin puolin: Maegeri / Yokogeri kekomi / Ushirogeri
Kata	<ol style="list-style-type: none"> Yksi vapaavalintainen Kata ryhmästä A: Bassai Dai, Hangetsu, Kanku Dai, Jion, Empi Testin pitäjä määrää: Heian Shodan, Nidan, Sandan, Yondan tai Godan, Tekki Shodan
Kumite	Jiyu Ippon kumite (kamae, vapaa liikkuminen) torjunta ja vastahyökkäys, ei suoraan vastahyökkäystä.
	Jiyu kumite (vapaa ottelu)

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET



Merkkien selitykset

Zd. = Zenkutsudachi

Kod. = Kokutsudachi

Kid. = Kibadachi

J. = Jodan

Ch. = Chudan

/ = Liike vaihtuu

// = Kamae, pieni pysähdys

< = Askel taaksepäin

> = Askel eteenpäin

◀ = Suriashi taaksepäin

▶ = Suriashi eteenpäin

▶▶ = Surikomi eteenpäin

Sanbon kumite = Kolmen askeleen ottelu

Kihon Ippon Kumite = Perustekniikan mukainen yhden askeleen ottelu

Ippon Kumite = Yhden pisteen ottelu

Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu

Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Musta (2 dan)

Kihon kamaesta	<ol style="list-style-type: none">1. Oizuki (Ch.) >2. ▶▶Kizamizuki // Sanbon zuki>3. Akeuke >/ Mawashigeri (J.) > / Uraken / Oizuki (Ch.) >4. Sotouke ◀/ Gyakuzuki kantapää ylhäällä / Mae-Mawashigeri // Ashibarai >/ Gyakuzuki kantapää ylhäällä5. Kizamizuki ▶/ Maegeri >/ Oizuki (Ch.)6. Uchiuke >/ Mae - Maegeri / Kizamizuki / Gyakuzuki7. Maegeri (J.) >/ Yokogeri kekomi (Ch.) >8. Mae - Mawashigeri (Ch.) / Uramawashigeri (J.) >9. Maegeri >/Gyakuzuki (Ch.) /Shutouke <(Kod.) /Ushirogeri > / Gyakuzuki (Ch.) kantapää ylhäällä10. Yokogeri Keage (Kid.) sivuttain ristiaskel> / toisella jalalla Yokogeri Kekomi>11. Testin pitäjä määrää yhden kombinaation
Paikalta	Paikalta Molemmiin puolin: Maegeri / Yokogeri kekomi / Ushirogeri / Mawashigeri
Kata	<ol style="list-style-type: none">1. Yksi vapaavalintainen Kata ryhmästä B: Bassai Sho, Kanku Sho, Nijushiho, Meikyo2. Testin pitäjä määrää: Heian Shodan, Nidan, Sandan, Yondan, Godan tai Tekki Shodan, Tekki Nidan Ymmärrettävä katan tarkoitus ja bunkai
Kumite	Jiyu Ippon kumite (kamae, vapaa liikkuminen) torjunta ja vastahyökkäys, ei suoraan vastahyökkäystä. Jiyu kumite (vapaa ottelu)

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET

Merkkien selitykset



- Zd. = Zenkutsudachi
Kod. = Kokutsudachi
Kid. = Kibadachi
J. = Jodan
Ch. = Chudan
/ = Liike vaihtuu
// = Kamae, pieni pysähdys
< = Askel taaksepäin
> = Askel eteenpäin
◀ = Suriashi taaksepäin
▶ = Suriashi eteenpäin
▶▶ = Surikomi eteenpäin

Sanbon kumite = Kolmen askeleen ottelu

Kihon Ippon Kumite = Perustekniikan mukainen yhden askeleen ottelu

Ippon Kumite = Yhden pisteen ottelu

Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu

Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Musta (3 dan)

Kihon	<ol style="list-style-type: none">1. Oizuki (Ch.) >2. Maegeri >/ Sanbon zuki3. Akeuke > / Maegeri paikalta / Gyakuzuki4. Sotouke ◀/ Samalla kädellä uraken ▶/ Gyakuzuki kantapää ylhäällä5. Shutouke (kod.) >/ Ushirogeri >6. Mawashigeri > / Gyakuzuki kantapää ylhäällä7. ▶▶ Kizamizuki // Gedanbarai ◀ 45°/ Gyakuzuki ▶ kantapää ylhäällä8. Ashibarai > / samalla jalalla Mawashigeri / Gyakuzuki (Ch.) kantapää ylhäällä9. Akeuke (sochin dachi) >/ Gyakuzuki // Sotouke ◀/ Gyakuzuki (Ch.) kantapää ylhäällä10. Yokogeri keage (Kid.) sivuttain ristiaskel > / toisella jalalla Yokogeri kekomi >11. Testin pitäjä määrää yhden kombinaation
Paikalta	Paikalta Molemmin puolin: Maegeri / Ushirogeri / Mawashigeri
Kata	Testinpitäjä määrää kaksi kataa seuraavista katoista: Heian Shodan, Nidan, Sandan, Yondan, Godan, Tekki Shodan, Tekki Nidan, Tekki Sandan Kanku Dai, Jion, Empi, Kanku Sho, Nijushiho, Meikyo Vapaavalinnainen kata A- tai B -ryhmästä johon katabunkai
Kumite	Jiyu Ippon kumite (kamae, vapaa liikkuminen) torjunta ja vastahyökkäys, ei suoraan vastahyökkäystä. Jiyu kumite (vapaa ottelu)

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET



Merkkien selitykset

Zd. = Zenkutsudachi

Kod. = Kokutsudachi

Kid. = Kibadachi

J. = Jodan

Ch. = Chudan

/ = Liike vaihtuu

// = Kamae, pieni pysähdys

< = Askel taaksepäin

> = Askel eteenpäin

◀ = Suriashi taaksepäin

▶ = Suriashi eteenpäin

▶▶ = Surikomi eteenpäin

Sanbon kumite = Kolmen askeleen ottelu

Kihon Ippon Kumite = Perustekniikan mukainen yhden askeleen ottelu

Ippon Kumite = Yhden pisteen ottelu

Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu

Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Musta (4 dan)

Kihon	<ol style="list-style-type: none">1. Oizuki (Ch.) >2. Maegeri > / Sanbon zuki3. Akeuke ◀ / Maegeri paikalta / Oizuki >4. Sotouke ◀ / Samalla kädellä uraken ▶ // Nagashizuki5. Shutouke (kod.) > / Ushirogeri > / Uraken6. Mawashigeri > / Gyakuzuki kantapää ylhäällä // Uramawashigeri > / Gyakuzuki kantapää ylhäällä7. Kizamizuki ▶▶ // Akeuke (sochin dachi) < / Gyakuzuki // Ashibarai > / Kizamizuki8. Ashibarai > / samalla jalalla Mawashigeri / Gyakuzuki kantapää ylhäällä9. Yokogeri keage (Kid.) sivuttain ristiaskel / toisella jalalla Yokogeri kekomi10. Testinpitäjä määrää yhden kombinaation
Paikalta	Paikalta Molemmiin puolin: Maegeri / Ushirogeri / Yokogeri kekomi
Kata	Testinpitäjä määrää kaksi kataa seuraavista katoista: Tekki Nidan, Tekki Sandan, Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Empi, Kanku Sho, Nijushiho, Sochin Vapaavalinnainen kata johon katabunkai
Kumite	Jiyu Ippon kumite (kamae, vapaa liikkuminen) torjunta ja vastahyökkäys, ei suoraan vastahyökkäystä. Jiyu kumite (vapaa ottelu)

LAHDEN KARATE RY

SHOTOKAN VYÖKOEVAATIMUKSET



Merkkien selitykset

Zd. = Zenkutsudachi

Kod. = Kokutsudachi

Kid. = Kibadachi

J. = Jodan

Ch. = Chudan

/ = Liike vaihtuu

// = Kamae, pieni pysähdys

< = Askel taaksepäin

> = Askel eteenpäin

◀ = Suriashi taaksepäin

▶ = Suriashi eteenpäin

▶▶ = Surikomi eteenpäin

Sanbon kumite = Kolmen askeleen ottelu

Kihon Ippon Kumite = Perustekniikan mukainen yhden askeleen ottelu

Ippon Kumite = Yhden pisteen ottelu

Jiyu Ippon Kumite = Puolivapaa yhden pisteen ottelu

Jiyu Kumite = Vapaa Ottelu

Musta (5 dan)

Kihon	<ol style="list-style-type: none">1. Ashibarai > / kizamizuki // Ashibarai(palautus taakse)/Gyakuzuki ▶ kantapää ylhäällä2. Mae-Maegeri / Gyakuzuki ▶ kantapää ylhäällä3. Chutouke ◀45° etujalka taakse Mawashigeri> / Gyakuzuki ▶ kantapää ylhäällä4. Sotouke ◀ / Samalla kädellä uraken ▶ // etujalka taakse takajalan viereen Gedanbarai / Oizuki>5. Kizamizuki ▶ // Ushirokekomigeri>6. Akeuke Sochindachi>/ Gyakuzuki/Nagashizuki7. Kizamizuki ▶/Gyakuzuki kantapää ylhäällä / Mawashigeri(J.)(palautus taakse)8. Etujalka taakse Sotouke / Ushiro Ashibarai / samalla jalalla Mae-Mawashigeri / Gyakuzuki (gedan)9. GyakuGedanbarai ▶ (etuviistoon)/ Uramawashigeri>
Kata	Kaksi vapaavalinnaista kataa Vapaavalinnainen kata johon katabunkai
Kumite	Jiyu kumite (vapaa ottelu)



Katat:

Heian Shodan, Heian Nidan, Heian Sandan, Heian Yondan, Heian Godan

Tekki Shodan, Tekki Nidan, Tekki Sandan

A: Bassai Dai, Hangetsu, Kanku Dai, Jion, Empi

B: Bassai Sho, Kanku Sho, Nijushiho, Meikyo

Jitte, Gankaku, Chinte, Sochin, Jiin, Wankan

Gojushiho Dai, Gojushiho Sho, Unsu