

Legende:

- N N.ter Kyu (Prüfung Eller) N=5bis1
- (N) N.ter Kyu (Prüfung andere Dojos)
- (D) DAN-Prüfung
- x Technik hier zur info

FL

osae waza (Haltetechniken)

nage waza (Wurftechniken)

Tachi Waza

		osae waza (Haltetechniken)						nage waza (Wurftechniken)														
		1	2	3	4	5	6								7							
		ikkyo	nikyo	sankyo	yonkyo	gokyo (i.d.R. ura)	rokkyo (Hiji kime osae)	Shiho nage	Irimi nage	Kote gaeshi	Soto Kaiten nage	Uchi Kaiten nage	Tenshi nage	Ude kime nage	Sokomen Irimi nage (Kokyu ho)	Kokyu nage	Koshi nage	Juji garami	Sumi otoshi	Aiki otoshi	Ude garami	
1.te	katate-dori ai hanmi	5	5	x	x			5	5	5		x	x	5	x	x	x	x	x	x		ai hanmi katate-dori
2.te	katate-dori gyaku hanmi	4	(4)	x	x		x	4	4	4	4	4	4	x	4	4	(2)		(2)	x	x	katate-dori (gyaku hanmi)
	kata-dori	3	3	x	x		x	3	3	3	3	3	x		x				x			kata-dori
	kata-dori men-uchi	3	3	3	x			3	3	3			3	x	3	x						kata-dori men-uchi
	mune-dori	x		x				1							x	x						mune-dori
	shomen-uchi	2	2	2	2	(2)		2	2	2	2	2	x	(D)	x	x	(D)		x	x		shomen-uchi
	yokomen-uchi	1	1	1	1	1		1	1	1			x	1	x	x	(1)		x	x		yokomen-uchi
	chudan-tsuki	1	x	x	x		(D)	1	(1)	(1)	x	x	x	x							x	chudan-tsuki
	jodan-tsuki	(1)	x	x	x		1	x	(D)	x	x	x	x	x				x				jodan-tsuki
	katate-ryote- /morote -dori	(2)	2	x	x			(2)	(D)	2				2	2	x	x	2				katate-ryote- /morote -dori
	ryote-dori	(2)	2	2	x			2	2	2		2		x	x	2	x		x			ryote-dori
	ushiro-ryote-dori	x	1	x	x			1	x	1		x		(D)	1	x	x	1				ushiro-ryote-dori
	ushiro-ryohiji-dori	x		(1)	1			x	x	x					(1)	1						ushiro-ryohiji-dori
	ushiro-ryokata-dori	x	(1)	1				x		x				x	(D)	(D)				1		ushiro-ryokata-dori
	ushiro-(katate)- eri-dori	2	x					2	x	2			x									ushiro-(katate)- eri-dori
	ushiro-katate- kubi-shime	1	x	x				1	x	x	x	x					(D)					ushiro-katate- kubi-shime

Suwari Waza

		ikkyo	nikyo	sankyo	yonkyo	gokyo (nur ura)	Kokyo ho	Irimi nage	Kote gaeshi
1.te	ai hanmi katate-dori	x	x		(D)			x	
2.te	katate-dori (gyaku hanmi)	x	x	x				x	x
	kata-dori	(4)	4	3	x				
	shomen-uchi	5	(2)	(2)	(2)	(2)		1	(2)
	yokomen-uchi	(1)	(1)	1	(1)	2		(1)	(1)
	ryote-dori								

Hanmi Hantachi

		ikkyo	nikyo	sankyo	yonkyo	Shiho nage	Irimi nage	Kote gaeshi	Soto Kaiten nage	Uchi Kaiten nage	Kokyu nage	
1.te	ai hanmi katate-dori	x	x		(D)							
2.te	katate-dori (gyaku hanmi)	(4)	x			2	x	x	4	4	x	katate-dori (gyaku hanmi)
	ryote - dori					1					x	ryote - dori
	shomen-uchi	(3)	2	x	x		2	3				shomen-uchi
	yokomen-uchi					x	x	x				yokomen-uchi
	ushiro-ryokata-dori			x			(D)	x			x	ushiro-ryokata-dori

2.te