Технічний розділ на 6 КЮ.

1. Obi- (зав’язування пояса);

2.Ritsu (Tachi)-rei – (уклін стоячи);

3. Dza-rei – (уклін сидячи);

4. Usiro-ukemi – (страхування при падінні на спину);

5. Yoko-ukemi – (страхування при падінні на лівий та правий бік);

6. Mae-ukemi – (страхування при падінні вперед);

7. Mae-mawari-ukemi– (страхування при падінні вперед через плече)

8. Mae-sabaki – (Зміщення з лінії атаки, кроком вперед);

9. Ushiro-sabaki – (Зміщення з лінії атаки, кроком назад);

10. Mae-mawari-sabaki – (Оберт на 180 через крок вперед);

11.Ushiro-mawari-sabaki – (Оберт на 180 через крок назад);

12. Kenka-yotsu – (Різноіменна стійка (право-ліво, ліво-право);

13. Ai-yotsu – (Одноіменна стійка (право-право, ліво-ліво);

14. Ayumi-ashi – (Звичайні кроки);

15. Tsugi-ashi - (Приставні кроки); Вперед-назад в правій і лівій стійці. Вправо і в ліво в правій і лівій стійці. По колу в бік рукава і в бік отворота в правій і лівій стійці з уке (усього 6 демонстрацій)

16. Happo-no-kuzushi - Виведення з рівноваги в 8 сторін

17. Uki-otoshi - Кидок виведенням з рівноваги. Велика амплітуда не потрібна, достатньо продемонструвати для Торі - розуміння принципу, а для Уке вміння робити страховку. Демонструється в обидва боки, торі рухається назад.

18. Uke-goshi – Напівстегно

19. O-soto-otoshi - Задня підніжка