



5de kyu exameneisen

40 uren minimaal na 6de kyu

Vorm	Aanval met partner	Techniek
Tachi Waza	Gyaku hanmi katate dori <i>Pols (spiegelbeeld)</i>	Tai sabaki Uchi kaiten Soto kaiten
Tachi Waza	Ai hanmi katate dori <i>Pols (gelijk)</i>	Nikyo Kotegaeshi Shiho nage
Tachi Waza	Gyaku hanmi katate dori	Ikkyo Nikyo Uchi kaiten nage Soto kaiten nage Uchi kaiten kokyu nage
Tachi waza & Suwari waza	Shomen uchi <i>Slag van boven op het hoofd</i>	Nikyo
Tachi Waza	Yokomen uchi <i>Slag van opzij op het hoofd</i>	Ikkyo Nikyo Shiho nage
Tachi waza & Suwari waza	Kata dori <i>Schouder pakken</i>	Ikkyo Nikyo
Tachi Waza	Ryote dori <i>2 polsen pakken</i>	Tenchi nage