



9. kyu (bílý)

Požadavky připuštění ke zkoušce:

Kata

Taikyoku Shodan

Kumite

Kihon-Ipon-Kumite

1. útok: Joudan Junzuki / obrana: Joudan Ageuke + Chuudan Gyakuzuki
2. útok: Chuudan Junzuki / obrana: Chuudan Sotouke + Chuudan Gyakuzuki

Kihon

Důvod proč se zkoušející skupina pohybuje (přemísťuje) v KIHON pouze vpřed je v tom, že se začátečník může v této pozici lépe soustředit na cvičení. Když se tento postoj u žáka zpevní budou zpáteční pohyby ve stejných postojích lépe zvládnutelné. V této skupině se musí při tréninku KIHON dávat pozor na postoje, pohyby těla a techniky, které musí být harmonicky a synchronně provedené.

Techniky se provádí na počítání, kdy se střídá pravá a levá technika. Ze základního postoje Hachiji Dachi (Shizen Tai) do Zenkutsu Dachi a zpět do Shozen Tai). Poslední technika kopu je v Heisoku Dachi.

1. Chuudan Junzuki
2. Joudan Ageuke
3. Chuudan Sotouke
4. Kokutsu Shutou Uke (výpady do boku)
5. Chuudan Maegeri (Heisoku Dachi, Gedan Kakiwake)

Kata

Není vyžadována

Kumite

Není vyžadováno