

1.Kyu (pruun vöö)

Kihon 3 sammu,lõpus kiai.

1. Ette Zenkutsu-dachi Jiyu-ni Kamae-te.
2. Edasi liikumine Kizami-zuki Sanbon-zuki. Jiyu-ni Kamae-te.
3. Tagasi selg ees Age-uke, tagumise jalaga Mae-geri Gedan-barai Kamae-te.
4. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Soto-uke Yori-ashi Enpi-uchi Kiba-dachi Zenkutsu-dachi Uraken-uchi Gyaku-zuki.
5. Tagasi selg ees Kokutsu-dachi Shuto-uke Kizami Mae-geri Zenkutsu-dachi Nukite. Gedan-barai Kamae-te.
6. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Uchi-uke Kizam-zuki Gyaku-zuki. Mawate Gedan-barai Kamae-te.
7. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Mawashi-geri Gyaku-zuki. Mawate Kakiwake Gedan-barai Kamae-te.
8. Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Ren-geri (erinevad jalad Chudan Mae-geri Mawashi-geri). Yame.Kiba-dachi.
9. Yoko-geri Keage pööre jala vahetus Yoko-geri Kekomi. Mawate Zenkutsu-dachi Gedan-barai Jiyu-ni Kamae-te.
- 10.Edasi liikumine Zenkutsu-dachi Ushiro-geri. Mawate Gedan Barai Kamae, Jiyu-ni Kamae-te.
- 11.Edasi liikumine Sama jalaga Mae Geri siis Yoko Geri Kekomi. Mawate Gedan-barai Kamae-te.
- 12.Edasi liikumine Jodan Yoko Shuto-uchi. Jiyu-ni Kamae-te.
- 13.Tagasi selg ees Yoko Uraken-uchi. Yame.
- 14.Sonoba-geri Mae-geri Yoko-geri Ushiro-geri Hidari Migi. Yame.

Kumite

Jiyu Ippon Kumite.

1. Jodan Oi-zuki / Chudan Oi-zuki / Mae-geri / Yokoeri Kekomi / Mawashi-geri /.
2. Kaitse vaba,
3. Jiyu Kumite 1 minut.

Kata

1. Shitei Kata (kohustuslik kata, mille valib eksamineerija). Heian 2, 3, 4, 5 ning Tekki Shodan.
2. Tokui Kata (vaba kata, mille valib eksamineeritav). Jion, Basai-dai, Kanku-dai, Empi.

Miinum ajavahe eelmisest eksamist 12 kuud, eksami tasu 70 eurot