

6.Kyu roheline vöö

Kihon

1. Zenkutsu dachi gedan barai, chudan gyaku zuki, mawate.
2. Zenkutsu dachi, sanbon oi zuki (jodan / chudan / chudan).
3. Zenkutsu dachi selg ees, age uke - chudan gyaku zuki.
4. Zenkutsu dachi, chudan soto uke - chudan gyaku zuki.
5. Zenkutsu dachi selg ees, chudan uchi uke - chudan gyaku zuki.
6. Kokutsu dachi, chudan shuto uke - nukite (zenkutsu dachi),mawate.
7. Zenkutsu dachi kakiwake gedan barai, chudan mae geri, mawate..
8. Zenkutsu dachi kakiwake gedan barai, chudan mawashi geri.
9. Kiba dachi näoga eksamineerija poole, yoko geri keage.
10. Kiba dachi näoga eksamineerija poole, yoko geri kekomi.

Kumite

Sanbon kumite

1. Jodan, chudan, mae geri. Kaitse age uke, soto uke, gedan barai, lõpus gyaku zuki.
2. Jodan, chudan, mae geri. Kaitse age uke,uchi uke, gyaku gedan barai, lõpus kizami zuki - gyaku zuki.

Kata

Eksami kata. Heian Sandan. Kohustuslik kata. Heian Shodan, Heian Nidan.

Eksami nõuded

Vööeksami minimaalne ajavahe 9 kuud on võetud eelmise eksami sooritamise kuupäevast. Vööeksamit saab sooritada ainult klubi liige kellel on kehtiv karateka pass. Pikemaajalise puudumise korral 3 kuud ja enam, kehtib eksamile uus ajavahe. Eksami ebaõnnestumise korral eksamitasu tagasi ei maksta. Eksamile tullakse valges karategis, kaasas karateka pass ja eksamitasu 25 eurot.