

6. kyu

aihanmi katatedori ikkyo

omote etujalalla liikkeelle
ura takajalalla liikkeelle
ei saa työntää kädellä

aihanmi katatedori iriminage

molemmat kädet uken olkapäillä

gyakuhanmi katatedori shihonage

omote hanmin vaihdossa askel suoraan sivulle
loppuhallinnassa: molemmat kädet ranteessa kiinni ja jalat uken suuntaisesti, uken puoleinen jalka edessä

gyakuhanmi katatedori kokyunage

ylöspäin käsi keskilinjassa ja alaspäin nagen puolella

ryotedori tenchinage

kuten guakuhanmista

shomen-uchi iriminage

molemmat kädet uken olkapäillä

suwariwaza ryotedori kokyo-ho

kädet annetaan normaaliasennossa
päkiät alhaalla – loppuhallinnassa päkiöiden päällä

5. kyu

aihanmi katatedori nikyo

omote otteenvaihto polven päällä
ura suositaan rannelukon ”leikkaus”-versiota
otteenvaihto alhaalla polven päällä

- sankyo

ura ei sivuhorjutusta
alasviennissä uken puoleinen jalka suoraan uken taakse (ei väliaskeleita)

aihanmi katatedori kotegaeshi

horjutuksessa uken puoleisella jalalla askel taakse

aihanmi katatedori shihonage

omote takajalalla askel – zengo
ura irimitenkan – zengo

gyakuhanmi katatedori ikkyo

omote otteenvaihdossa takakäsi ensin liikkeelle kohti kyynerpäätä
ura uken taakse lähdetään etujalalla – irimitenkan

katadori nikyo

kaikissa katadoreissa käsi selvästi taakse horjutuksessa

ura käsi irti – liukuaskel – irimitenkan – uke alas – otteenvaihto alhaalla – lukko

shomen-uchi ikkyo

omote liukuaskeleella ukea kohti, tekniikka tehdään nousevaan käteen

ura liukuaskeleella vastaan – irimitenkan

suwariwaza shomen-uchi ikkyo

omote ilman siksakkia

4. kyu

katatedori nikyo

omote kuten ikkyo + loppulukko

ura olkapäälukko

- sankyo

omote kuten ikkyo

ura samat jutut kuin aihanmista

- yonkyo

omote kuten ikkyo, kädet keskustan edessä

ura kuten ikkyo, kädet keskustan edessä

- kotegaeshi

otteen irrotus ylhäältä

- iriminage

horjutus joko kahdella tai yhdellä kädellä, kunhan tekee kaikki iriminaget samoin

- udekimenage

ei otetta kiinni ennen kuin ollaan sivulla

- kokyu-ho

oma olkapää ylempänä, oma kroppa uken kanssa samaan suuntaan ennen loppuheittoa

kaksi versiota:

liukuaskel – zengo

hanmin vaihdon kautta

- kokyunage

vähintään kolme

katadori iriminage

tenkan – zengo

kiinni oleva käsi ensin ylös – zengon aikana alas – loppuheitossa tukee ukea selästä

shomen-uchi nikyo

otteenvaihto ilmassa

- sankyo

kuten ikkyo

- kotegaeshi

taakse mentäessä etujalka takajalan vierestä kulkien sivulle – jalat yhteen – loppuheitossa askel uken puoleisella jalalla

yokomen-uchi shihonage

vastaanoton aikana lyöväällä kädellä uken käden ohjaus sivulle

omote askel takajalalla – zengo

ura irimitenkan – zengo

suwariwaza katadori ikkyo

kaikissa katadoreissa käsi horjutuksessa selvästi taakse

suwariwaza shomen-uchi nikyo

otteenvaihto ilmassa

3. kyu

aihanmi katatedori koshinage

horjutus huolellisesti

ote uken vyötäröltä

katse ylös

katatedori koshinage

katse ylös

käsi uken jalkaan kämmenselkä ylöspäin

- uchikaitennage

ura pyöriytykseen liikkeelle uken puoleisella jalalla

- sotokaitenosae

hanmin vaihto ja atemi

horjutuksen aikana uken käsi suorana omalle uken puoleiselle olkapäälle

alaviennissä: oma käsi osoittaa suorana alaspäin, uken käsi ylöspäin – tenkan

lukko: uken vierellä, uken puoleinen polvi maassa, nage painaa omaa kättään kohti lattiaa.

ryotedori ikkyo

kuten katatedori

- iriminage

horjutuksessa kontakti uken käden alapuolelta

- shihonage

kuten katatedori

- kotegaeshi

kuten katatedori

- kokyunage

vähintään viisi erilaista

yokomen-uchi ikkyo

vastaanottokäsi joustaa ja antaa tilaa

- iriminage

vastaanotossa lyövä käsi ohjaa uken käden sivulle ja samalla siirtyy omalle paikalleen uken käden alapuolelle

- kotegaeshi

pitkä muoto

” taakse mentäessä etujalka takajalan vierestä kulki sivulle – jalat yhteen – loppuheitossa askel uken puoleisella jalalla” – kuten edellä

shomen-uchi shihonage

shomen-uchi vastaan otto – käden vaihto – kuten yokomen-uchista

- uchikaiten sankyo

ei kuljetuksia

atemin jälkeen kontakti uken käteen – kontakti säilyy loppuun asti

- sotokaitennage

normaali vastaanotto – kontakti uken kyynerpäähän – horjutus 45° kyynerpästä, oma keskusta horjutussuuntaan

suwariwaza shomen-uchi sankyo

kuten ikkyo

- yonkyo

kuten ikkyo

- iriminage

kuten pystystä

jiyuwaza

ei loppulukkoja

heittojen jälkeen ukea vastaan

ei saa peruuttaa

2. kyu

katateryotedori

- aihanmi ja guakuhanmi käteen (ikkyo, nikyō)
- kunnan tenkan
- kyynerpää alas, käsi keskilinjalla
- *nikyō*: ura: aihanmi-puolelle tehtäessä rannelukko, guakuhanmi-puolelle olkapäälukko
- *iriminage*: horjutus ylhäällä vaakatasossa
- *kotegaeshi*: selkeä irrotus askeleen kanssa (käsi pysyy paikalla), loppuheitto jatkuu uken menosuuntaan
- *jūjigarami*: ote irti ajoissa, tenkan, hae otetta jo liikkumisen alkuvaiheessa. Perusmuotona lyhyt muoto
- *kōkyū-ho*: sama horjutus kuin muissakin tekniikoissa (tenkan ja horjutus eteen)

ryokatadori

- *ikkyo*: guakuhanmi tyylistesti
- *kokyunage*: irimi, zengo, heitto käännöksen aikana
- *kokyu-ho*: hanminvaihto + atemi, atemikäden puoleisen käden alta, älä liikuta jalkoja hanmin vaihdon jälkeen vain pieni avaus etujalalla sallittu

shomen-uchi

- *gokyo*: tanton terä ylöspäin, hanmin vaihto pois linjalta, voimakas kontakti uken olkavarteen joka pitää käden ylhäällä, näpäytys ranteeseen ja ote

yokomen-uchi

- *gokyo*: suoraan vastaan, nopeasti ote ranteeseen, hanmin vaihto, horjutus

ushiro ryotedori

- vastaanottava käsi läheltä kylkeä (älä vie liian kauas taakse tai sivulle), jaloista takaviistoon, vapaalla kädellä atemi ukea kohti, kädet reilusti eteen ennen avausta. Ikkyon kaltaisissa horjutus horisontaalisesti
- *sankyo*: suora versio, ote ylhäällä, ei kuljetusta
- *iriminage*: tarjotaan ukelle kättä mutta ei anneta ottaa otetta, uken taakse, horjutus ja heitto
- *shihonage*: ilman sulkemista, takajalalla liikkelle, omote uken menosuuntaan
- *kotegaeshi*: loppuheitto uken menosuuntaan
- *kokyunage*: sydämenmuotoinen liike, painopiste alas, käännä vartaloa vähän sivulle päin
- *koshinage*: kuin iriminagessa, ei anneta otetta kädestä, molemmat tavat käy: käsi uken lantiolla (aihanmi tyyli) tai kädet ylhäällä

hanmihandachiwaza katatedori

- *ikkyo*: horjutus alas, askel taakse, omoten horjutus ei suoraan eteenpäin vaan hieman sivulle

suwariwaza shomen-uchi

- *kotegaeshi*, *sotokaitennage*: kuten pystystä

1. kyu

katadori-menuchi

- *nikyo*: sekä ylä- että alakäteen, olkapäälukko
- *iriminage*: horjutus ylhäällä vaakatasossa
- *shihonage*: alakäden alta, pää samaan suppuun
- *kotegaeshi*: alakäteen horjutus uken menosuuntaan, irrotus askeleen aikana
- *koshinage*: kaksi tapaa: 1. atemi, käden vaihto, heitto 2. suoraan käsi lantiolle

chudan-tsuki

- *ikkyo*: kaksi tapaa: 1. atemi, toisella kädellä sisäpuolelta ohjataan sivulle, hae jaloilla vauhtia takaa 2. vastaanotto pyörivänä suoraan kädelle
- *kotegaeshi*: vastaanotossa kädet: toinen ylhäältä ja toinen kyynärtaipeeseen. Alasvienti ”neliöaskeleilla”
- *sotokaitennage*: etukädellä myötävä ohjaus 45° ulkosivulta, toinen käsi niskaan
- *hijikimeosae*: etukädellä kontakti, vierelle, viedään kättä alas, pyöräytetään pystyyn ylöspäin, toisella kädellä voi tehdä ylhäältä päin ohjauksen, loppulukossa kyynerpäät omaa keskustaa kohti, uken käsi on nagen polvella
- *uchikaiten sankyo*: toisella kädellä ohjaus ylhäältä päin, toisella heti ote ranteesta, loppu kuten shomen-uchissa, sekä omote että ura

jodan-tsuki

- *ikkyo*: kontakti etukädellä, pois linjalta, polvista alas
- *shihonage*: pyörivä vastaanotto

maegeri

- perusmuoto päättyy guakuhanmiin, mutta käytännössä ei väliä
- *iriminage*: ohjaus kädellä ylhäältä päin kuten chudan-tsukissa, heitto heti vastaanoton jälkeen
- *kokyu-ho*: heiton aikana saata jalkaa samalla

ushirowaza

ryokatadori

- *ikkyo*: ohjaus eteen, tupla-atemi, linjalta pois
- *kokyunage*: alas polvilleen, pidä mahdollisimman pitkään selkä suorana ja hartiat samalla linjalla, sitten pää tatamiin, ohjaa uke yli
- *kokyu-ho*: jatka horjutusta, oma käsi uken käsien välistä
- *aikiotoshi*: varmistetaan Erkiltä

eridori

- *ikkyo*: lyö vauhtia, pysäytä toisella kädellä, horjuta kontaktikädellä ja mene niskassa olevan käden alta, tekniikka niskassa olevaan käteen

katatedori kubishime

- *sankyo*: ranteessa olevaan käteen, mene käden alta, suoraan vienti alas
- *koshinage*: 1. nosta vapaa käsi ylös, nosta toinen käsi pään yli samalle puolelle 2. mene uken käden alta, vapaa käsi lantiolle
- *kokyunage*: nosta vapaa käsi ylös, nosta toinen käsi pään yli samalle puolelle, alas polville (tarkistetaan Erkiltä)

hanmihandachiwaza

ryotedori

- *shihonage*: nouse ylös
- *kokyunage*: 1. suora ohjaus V-muodossa alas 2. anova koira 3. sisään ja käännös

shomen-uchi

- *iriminage*: suoraan lantiolle ja siitä kiinni, heitto lähelle itseä

Aseet

vaihtoehto 1.

3. kyu

bokken	kihon suburi	shomen-uchikomi kirigaeshi menuchi-tsuki shihogiri
--------	--------------	---

2. kyu

jo	kihon suburi	20 kpl
----	--------------	--------

1. kyu

jo	kata	13 31
----	------	----------

1. dan

bokken	awase-ho	7 kpl
jo	awase-ho	8 kpl

2. dan

bokken	kumitachi	5 kpl
jo	kumijo	7 kpl

3. dan

bokken	kumitachi henkawaza ken	10 kpl (miekkasovellukset)
--------	-------------------------	----------------------------

4. dan

bokken	kumitachi henkawaza tai	10 kpl (vartalosovellukset)
--------	-------------------------	-----------------------------