

3,5 KYU

[pas pomarańczowo
- zielony]

Wiek – skończone 10 lat

- w trybie rekreacyjnym po minimum 1 roku szkolenia od uzyskania stopnia 4 KYU
- w trybie zawodniczym po minimum 6 miesiącach szkolenia od uzyskania stopnia 4 KYU

Wymogi techniczne :

TACHI – WAZA
TANI -OTOSHI TOMOE - NAGE ERI- SEOI -NAGE ERI - TAI -OTOSHI WAKI OTOSHI
NE-WAZA
UDE- HISHIGI -JUJI -GATAME UDE - GARAMI USHIRO – UDE- GARAMI KESA - GARAMI