

8:e Kyu Rött bälte (7-13 år)



Benställningar (Tachiwaza):

Zenkutsudachi (fram ställning) - böj främre kängt och sträck bakre

Handtekniker (Tewaza):

Chokuzuki (rakt knytnävsslag) - utförs i Zenkutsudachi

Sparkar (Keriwaza):

Keage (uppåtspark) -lyft upp benet sträckt

Blockeringar: (Ukewaza)

Gedanbarai (låg svepande blockering)

Sotouke (blockering utåt)

Kombinationer(Renrakuwaza):

Jodanuke - Gyakuzuki

- ett steg bak till Zenkutsudachi

Gedanbarai - Gyakuzuki

- ett steg bak till Zenkutsudachi

Sotouke - Gyakuzuki

- ett steg bak till Zenkutsudachi

Junzuki

Gyakuzuki

Kata:

Kihon kata eller Taikyoku Shodan

Kumite:

Ipponkumite Jodan nr. 1

-Jodanuke - Gyakuzuki

Ipponkumite Chudan nr. 1

-Gedanbarai – Maegeri

(I ipponkumite utförs attack med junzuki)

Dessa termer används för att ange läget på en teknik:

Jodan *Hög* *Hidari* vänster

Chudan mellan *Migi* höger

Gedan låg