

<u>Kumite</u>	1	Okuri jiyu ippon kumite (Übungsfreikampf mit einem Schritt)
	Kogeki	1
		H.JK.: ▶ M.J. oizuki
		H.JK.: ▶ M.C. oizuki
		H.JK.: ▶ M.C. maegeri
		H.JK.: ▶ M.C. yokogeri kekomi
		H.JK.: ▶ M.C. mawashi geri
	Uke (bogyo)	1 Eine der jiyu ippon kumite Techniken
		2 Zweite Abwehr und Gegenangriff frei wählbar
	2	kaeshi ippon kumite (Achtung Kämpfer A und B!)
	Kogeki A	SHI.: M.J. oizuki
		SHI.: M.C. oizuki
		SHI.: M.C. gyakuzuki
		Angriffstechnik ansagen, direkt aus Shizentai-Stellung
	Uke (bogyo) B	Frei wählbare Abwehr, direkt aus Shizentai-Stellung
	Kogeki B	Frei wählbarer Angriff
	Uke (bogyo) A	Frei wählbare Abwehr u. Gegenangriff (jiyu kamae)

<u>Kata</u>	Shitei kata:	1 Tekki Sandan
		2 Gankaku
	Tokui Kata:	Eine der folgenden kata, ohne Wiederholen der Tokui kata der Nidan-Prüfung: Bassai-Sho, Kanku-Sho, Sochin, Nijushiho, Hangetsu, Chinte, Jitte, Meikyo
	Bunkai:	Ein Bunkai von eine Kata vorzeigen
		Ein Fehler in der Tokui Kata kann zum Nichtbestehen der Prüfung führen!

Jiyu kumite