

Aufgaben	1.Kyu					
vollendetes 13. Lebensjahr	X					
Alle bisherige Ukemi	X					
20 Würfe insgesamt:	X					
O-soto-gari	Ashi					
O-uchi-Gari	Ashi					
De-ashi-barai	Ashi					
Sasae-tsuri-komi-ashi	Ashi					
Ko-uchi-gari	Ashi					
Uchi-mata	Ashi					
Ko-soto-gari/Ko-soto-gake	Ashi					
Uki-goshi	Koshi					
O-goshi	Koshi					
Tsurikomi-goshi	Koshi					
Sode-tsuri-komi-goshi	Koshi					
Harai-goshi	Koshi					
Koshi-guruma	Koshi					
Ippon-seoi-nage	Te					
Morote-seoi-nage	Te					
Tai-otoshi	Te					
9 aus Erweiterungsprogramm	X					
Tomoe-nage	Ma-Sutemi					
Sumi-gaeshi	Ma-Sutemi					
Ura-nage (Pflicht)	Ma-Sutemi					
Tani-otoshi	Yoko-Sutemi					
Soto-maki-komi	Yoko-Sutemi					
Ko-uchi-maki-komi (Pflicht)	Yoko-Sutemi					
Ashi-guruma	Ashi					
Okuri-ashi-barai	Ashi					
Utsuri-goshi	Koshi					
Tsuri-goshi	Koshi					
Uki-otoshi	Te					
Kata-guruma	Te					
2 Konter	X					
2 Finte	X					
2 Kombination	X					
4 Shime-waza	X					
>Sode-guruma-jime (Pflicht)	X					
>Okuri-eri-jime (Pflicht)	X					
Werfen zum Halten	X					
>aus Ai-yotsu	X					
>aus Kenka-Yotsu	X					
3 Wechsel Verteidigung-Angriff	X					
Abwehr gegen Bodentechniken	X					
2 Randori Stand (3 Minuten)	A					
2 Randori Boden (3 Minuten)	A					
3 * Teilnahme am Wettkampf	B					
Schwerpunkt ca. 10 Techniken	X					
>Kampfkonzep Stand / Boden	A					
>Kata des Dan Programms	B					