**3 кю**



|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Шомен учи*** | | | 20 |
|  | Иккё | | | Омотэ | |
|  | Иккё | | | Ура | |
|  | Никкё | | | Омотэ | |
|  | Никкё | | | Ура | |
|  | Санкё | | | Омотэ | |
|  | Санкё | | | Ура | |
|  | Ёнке | | | Омотэ | |
|  | Ёнке | | | Ура | |
|  | Ирими наге | | | | |
|  | Котэ гаеси | | | | |
|  | Сихо нагэ | | | Омотэ | |
|  | Сихо нагэ | | | Ура | |
|  | Уде киме нагэ | | |  | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Омотэ | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Ура | |
|  | Кайтэн нагэ сото | | | Омотэ | |
|  | Кайтэн нагэ сото | | | Ура | |
|  | Тэнчи нагэ | | | | |
|  | Кокю нагэ | | Генки | | |
|  | Тэгурума | | |
|  | **Дзю вадза** | | | | 6 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Ёкомэн учи*** | | | | 16 |
|  | Иккё | | | Омотэ | | |
|  | Иккё | | | Ура | | |
|  | Никкё | | | Омотэ | | |
|  | Никкё | | | Ура | | |
|  | Санкё | | | Омотэ | | |
|  | Санкё | | | Ура | | |
|  | Ирими наге | | | | | |
|  | Котэ гаеси | | | | | |
|  | Сихо нагэ | | | Омотэ | | |
|  | Сихо нагэ | | | Ура | | |
|  | Уде киме нагэ | | |  | | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Омотэ | | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Ура | | |
|  | Тэнчи нагэ | | | | | |
|  | Кокю нагэ | | Генке | | | |
|  | Тэгурума | | | |
|  | **Дзю вадза** | | | | 6 | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Кататэ дори ай ханми*** | | | 19 |
|  | Иккё | | | Омотэ | |
|  | Иккё | | | Ура | |
|  | Никкё | | | Омотэ | |
|  | Никкё | | | Ура | |
|  | Санкё | | | Омотэ | |
|  | Санкё | | | Ура | |
|  | Ирими наге | | | | |
|  | Котэ гаеси | | | | |
|  | Сихо нагэ | | | Омотэ | |
|  | Сихо нагэ | | | Ура | |
|  | Уде киме нагэ | | |  | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Омотэ | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Ура | |
|  | Кайтэн нагэ сото | | | Омотэ | |
|  | Тэнчи нагэ | | | | |
|  | Кокю нагэ | | Генке | | |
|  | Мае | | |
|  | Хики | | |
|  | Нинтен | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Кататэ дори гяку ханми*** | | | 21 |
|  | Иккё | | Омотэ | | |
|  | Иккё | | Ура | | |
|  | Никкё | | Омотэ | | |
|  | Никкё | | Ура | | |
|  | Санкё | | Омотэ | | |
|  | Санкё | | Ура | | |
|  | Ирими наге | | База | | |
|  | Ирими наге | | Вариант | | |
|  | Котэ гаеси | | | | |
|  | Сихо нагэ | | Омотэ | | |
|  | Сихо нагэ | | Ура | | |
|  | Уде киме нагэ | |  | | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | Омотэ | | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | Ура | | |
|  | Кайтэн нагэ сото | | Омотэ | | |
|  | Кайтэн нагэ сото | | Ура | | |
|  | Тэнчи нагэ | | | | |
|  | Кокю нагэ | | | Генке | |
|  | Мае | |
|  | Кокю нагэ | | | Маки | |
|  | Нинтен | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Рётэ дори*** | | | 11 |
|  | Иккё | | | Омотэ | |
|  | Иккё | | | Ура | |
|  | Ирими наге | | | | |
|  | Котэ гаеси | | | | |
|  | Сихо нагэ | | | Омотэ | |
|  | Сихо нагэ | | | Ура | |
|  | Уде киме нагэ | | |  | |
|  | Тэнчи нагэ | | | | |
|  | Кокю нагэ | | Генке | | |
|  | Маки | | |
|  | Нинтен | | |
|  | Тэрифунэ | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Кататэ рётэ дори*** | | 16 |
|  | Иккё | | Омотэ | |
|  | Иккё | | Ура | |
|  | Никкё | | Омотэ | |
|  | Никкё | | Ура | |
|  | Ирими наге | | | |
|  | Котэ гаеси | | | |
|  | Сихо нагэ | | Омотэ | |
|  | Сихо нагэ | | Ура | |
|  | Уде киме нагэ | |  | |
|  | Кайтэн нагэ сото | | Омотэ | |
|  | Кайтэн нагэ сото | | Ура | |
|  | Кокю нагэ | | Генке | |
|  | Мае | |
|  | Маки | |
|  |  | | Хики | |
|  | Нинтен | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Ката дори мэн учи*** | | | 8 |
|  | Иккё | | | Омотэ | |
|  | Иккё | | | Ура | |
|  | Ирими наге | | | | |
|  | Котэ гаеси | | | | |
|  | Сихо нагэ | | | Омотэ | |
|  | Сихо нагэ | | | Ура | |
|  | Уде киме нагэ | | |  | |
|  | Кокю нагэ | | Мае | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Ката дори*** | | | 12 |
|  | Иккё | | Омотэ | | |
|  | Иккё | | Ура | | |
|  | Никкё | | Омотэ | | |
|  | Никкё | | Ура | | |
|  | Ирими наге | | | | |
|  | Котэ гаеси | | | | |
|  | Сихо нагэ | | Омотэ | | |
|  | Сихо нагэ | | Ура | | |
|  | Уде киме нагэ | | База | | |
|  | Уде киме нагэ | | Вариант | | |
|  | Кокю нагэ | | | Генке | |
|  |  | | | Вариант | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Чудан цки*** | | | 15 |
|  | Иккё | | | Омотэ | |
|  | Иккё | | | Ура | |
|  | Никкё | | | Омотэ | |
|  | Никкё | | | Ура | |
|  | Санкё | | | Омотэ | |
|  | Санкё | | | Ура | |
|  | Ирими наге | | | | |
|  | Котэ гаеси | | | | |
|  | Сихо нагэ | | | Омотэ | |
|  | Сихо нагэ | | | Ура | |
|  | Уде киме нагэ | | |  | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Омотэ | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Ура | |
|  | Тэнчи нагэ | | | | |
|  | Кокю нагэ | | Генке | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тати вадза** | | ***Джодан цки*** | 1 |
|  | Котэ гаеси | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тати уширо вадза** | | ***Уширо рётэ дори*** | | | | 18 |
|  | Иккё | | | Омотэ | | |
|  | Иккё | | | Ура | | |
|  | Никкё | | | Омотэ | | |
|  | Никкё | | | Ура | | |
|  | Санкё | | | Омотэ | | |
|  | Санкё | | | Ура | | |
|  | Ирими наге | | | | | |
|  | Котэ гаеси | | | | База | |
|  | Вариант | |
|  | Сихо нагэ | | | Омотэ | | |
|  | Сихо нагэ | | | Ура | | |
|  | Уде киме нагэ | | |  | | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Омотэ | | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | | Ура | | |
|  | Тэнчи нагэ | | | | | |
|  | Кокю нагэ | | Генке | | | |
|  | Вариант | | | |
|  | **Дзю вадза** | | | | | 6 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сувари вадза** | | ***Шомэн учи*** | | 11 |
|  | Иккё | | Омотэ | |
|  | Иккё | | Ура | |
|  | Никкё | | Омотэ | |
|  | Никкё | | Ура | |
|  | Санкё | | Омотэ | |
|  | Санкё | | Ура | |
|  | Ирими наге | | | |
|  | Котэ гаеси | | | |
|  | Сихо нагэ | | Омотэ | |
|  | Сихо нагэ | | Ура | |
|  | Кайтэн нагэ сото | | Омотэ | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сувари вадза** | | ***Ката тори*** | | 2 |
|  | Иккё | | Омотэ | |
|  | Иккё | | Ура | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ханми хантати вадза** | | ***Кататэ дори гяку ханми*** | | 5 |
|  | Ирими наге | | | |
|  | Котэ гаеси | | | |
|  | Сихо нагэ | | Омотэ | |
|  | Сихо нагэ | | Ура | |
|  | Кайтэн нагэ учи | | Омотэ | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сейдза** | | ***Рётэ дори*** | | 4 |
|  | Кокю xо | | База | |
|  | Вариант 1 | |
|  |  | | Вариант 2 За локти | |
|  | Вариант 3 | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Танто дори** | | ***Чудан цки*** | | 2 |
|  | Котэ гаеси | | | |
|  | Сихо нагэ | | Ура | |