



ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ 3 КЮ - синий пояс

ТАТИ ВАДЗА		
1.	шомэн-учи	иккё, никё, санкё, енкё шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, кайтэн-нагэ, тенчи-нагэ, кокю-нагэ дзю-вадза (рандори)
2.	ёкомэн-учи	иккё, никё, санкё, енкё шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, кайтэн-нагэ, тенчи-нагэ, кокю-нагэ дзю-вадза (рандори)
3.	кататэ-дори-ай-ханми	иккё, никё, санкё, енкё шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, кайтэн-нагэ, тенчи-нагэ, кокю-нагэ
4.	кататэ-дори-гяку-ханми	иккё, никё, санкё, енкё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, кайтэн-нагэ, тенчи-нагэ, коши-нагэ, кокю-нагэ
5.	рётэ-дори	иккё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, кайтэн-нагэ, тенчи-нагэ, кокю-нагэ
6.	кататэ-рётэ-дори (моротэ-дори)	иккё, никё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, кайтэн-нагэ, кокю-нагэ, кокю-хо
7.	ката-дори	иккё, никё, санкё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, тенчи-нагэ, кокю-нагэ
8.	ката-дори-мэн-учи	иккё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, кокю-нагэ
9.	чудан-цки	иккё, никё, санкё, енкё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, кайтэн-нагэ, тенчи-нагэ, кокю-нагэ
10.	дзедан-цуки	иккё, котэ-гаэси
11.	уширо- рётэ-дори	иккё, никё, санкё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, удэ-кимэ-нагэ, кайтэн-нагэ, тенчи-нагэ, кокю-нагэ, дзю-вадза (рандори)



СУВАРИ ВАДЗА		
12.	шомэн-учи	иккё, никё, санкё, енкё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, кайтэн-нагэ, кокю-нагэ
13.	ката-дори	иккё, никё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, кокю-нагэ, дзю-вадза (рандори)
14.	рётэ-дори	кокю-хо
ХАНМИ ХАНТАТИ ВАДЗА		
15.	кататэ-дори-гяку-ханми	иккё, никё, санкё, шихо-нагэ, ирими-нагэ, котэ-гаэси, кайтэн-нагэ, кокю-нагэ, дзю-вадза (рандори)