



ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ 5 КЮ - красный пояс

ТАТИ ВАДЗА		
1.	шомэн-учи	иккё, никё, ирими-нагэ, котэ-гаэси
2.	ёкомэн-учи	шихо-нагэ
3.	кататэ-дори-ай-ханми	иккё, шихо-нагэ
4.	кататэ-дори-гяку-ханми	иккё, шихо-нагэ
5.	ката-дори	иккё, никё
СУВАРИ ВАДЗА		
6.	шомэн-учи	иккё
7.	ката-дори	иккё
8.	рётэ-дори	кокю-хо