



4 Kyu

ATAKA	TECHNIKA
Suvari vaza	
šomen uči	ikyo nikyo sankyo
kata dori	ikyo nikyo
Hanmi handači vaza	
katate dori	šiho nage
ryote dori	šiho nage
Tači vaza	
šomen uči	ikyo nikyo sankyo irimi nage kote gaeši
katate dori	ikyo nikyo irimi nage šiho nage kote gaeši
kosa dori	ikyo nikyo irimi nage šiho nage
kata dori	ikyo nikyo
yokomen uči	šiho nage
ryote dori	tenči nage
Suvari vaza	
ryote dori	kokyu ho