

Zum 4. Kyu (Violett)

Oi-Zuki Jodan	2 verschiedene Abwehren, nur eine Seite
Oi-Zuki Chudan	2 verschiedene Abwehren, nur eine Seite
Mae-Geri Chudan	2 verschiedene Abwehren, nur eine Seite
Yoko-Geri Kekomi	2 verschiedene Abwehren, nur eine Seite

1. Abwehr Oi-Zuki Jodan	Rückwärts	Age-Uke, Gyaku-Zuki
2. Abwehr Oi-Zuki Jodan	Rückwärts	Age-Uke seitlich wegrutschen, geschlossene Füße, Yoko-Geri Keage, Empi-Uchi in Kiba-Dachi
3. Abwehr Oi-Zuki Jodan (Alternative zur 2. Abwehr)	Rückwärts	Age-Uke, Mae-Geri, Mawashi-Empi
1. Abwehr Oi-Zuki Chudan	Rückwärts	Soto-Uke, Gyaku-Zuki
2. Abwehr Oi-Zuki Chudan	Rückwärts	Soto-Uke mit anderem Fuss zurück, Empi-Uchi in Kiba-Dachi
3. Abwehr Oi-Zuki Chudan (Alternative zur 2. Abwehr)	Rückwärts	Gedan-Barai 45° abdrehen, Gyaku-Zuki
1. Abwehr Mae-Geri Chudan	Rückwärts	Gedan-Barai, Gyaku-Zuki
2. Abwehr Mae-Geri Chudan	Rückwärts	Morote-Uke in Kiba-Dachi, Gyaku-Zuki in Zenkutsu-Dachi
3. Abwehr Mae-Geri Chudan (Alternative zur 2. Abwehr)	Rückwärts	Gedan-Barai mit anderem Fuss zurück, Gyaku-Zuki

1. 2. und 3. Abwehr für Yoko-Geri Kekomi analog Abwehr für Mae-Geri Chudan

Zum 3. Kyu (Braun)

Oi-Zuki Jodan	2 verschiedene Abwehren, nur eine Seite
Oi-Zuki Chudan	2 verschiedene Abwehren, nur eine Seite
Mae-Geri Chudan	2 verschiedene Abwehren, nur eine Seite
Yoko-Geri Kekomi	2 verschiedene Abwehren, nur eine Seite

1. Abwehr Oi-Zuki Jodan	Rückwärts	Age-Uke, Gyaku-Zuki
2. Abwehr Oi-Zuki Jodan	Rückwärts	Age-Uke seitlich wegrutschen, geschlossene Füße, Yoko-Geri Keage, Empi-Uchi in Kiba-Dachi
3. Abwehr Oi-Zuki Jodan (Alternative zur 2. Abwehr)	Rückwärts	Age-Uke, Mae-Geri, Soto-Empi
1. Abwehr Oi-Zuki Chudan	Rückwärts	Soto-Uke, Gyaku-Zuki
2. Abwehr Oi-Zuki Chudan	Rückwärts	Soto-Uke mit anderem Fuss zurück, Empi-Uchi in Kiba-Dachi
3. Abwehr Oi-Zuki Chudan (Alternative zur 2. Abwehr)	Rückwärts	Gedan-Barai 45° abdrehen, Gyaku-Zuki
1. Abwehr Mae-Geri Chudan	Rückwärts	Gedan-Barai, Gyaku-Zuki
2. Abwehr Mae-Geri Chudan	Rückwärts	Morote-Uke in Kiba-Dachi, Gyaku-Zuki in Zenkutsu-Dachi
3. Abwehr Mae-Geri Chudan (Alternative zur 2. Abwehr)	Rückwärts	Gedan-Barai mit anderem Fuss zurück, Gyaku-Zuki

1. 2. und 3. Abwehr für Yoko-Geri Kekomi analog Abwehr für Mae-Geri Chudan