

6. ko – Gul streg (kodomo – børn)

Del	Teknik	Bemærkninger
Ukemi	Yoko Ukemi	Sidefald. Højre/venstre
Nage Kihon	O Goshi	Hoftekast. Højre/venstre
Ne Waza	Hon Kesa Gatame	Skærf holdegreb Højre/venstre. Fra knæsiddende
Kamp	Ne Waza (Yakusoku Geiko) 1 minut	Let kamp på gulvet med holdegreb. 1 minut
Atemi Kihon		Højre + venstre
Slagpuder	Jodan Oi Tsuki	Stød, hovedet, samme arm som ben
	Chudan Oi Tsuki	Stød, maven, samme arm som ben
1. Kombination	Jodan Oi Tsuki Age Uke Stand: Zenkutsu Dachi	Stød, hovedet, samme arm/ben Blokering opad over hovedet Lang stand, strakt bagben
2. Kombination	Chudan Mae Geri Gedan Barai Stand: Zenkutsu Dachi	Frontspark maven Blokering nedad, underarm Lang stand, strakt bagben
Ju-Jutsu teknikker		Både variation a + b. Højre + venstre
1.a	Jodan Kizami Tsuki Age Uke + Gyaku Tsuki + Kizami Tsuki + Chudan Mae Geri	Kort stød mod hovedet Blokering opad Stød, maven, modsat arm/ben Kort stød mod hovedet Frontspark, maven
1.b	Jodan Kizami Tsuki Age Uke + Gedan Mae Ashi Mawashi Geri Gyaku Kannuki Gatame	Kort stød mod hovedet Blokering opad (+ træk nedad og på tværs) Cirkelspark med forreste ben Armstræklås
2.a	Chudan Gyaku Tsuki Te Nagashi Uke + Yoko Empi Uchi + O Goshi + Gyaku Tsuki	Stød, maven, modsat arm som ben Håndfejning udefra Albuestød fra siden Hoftekast Stød på gulvet, vitalt sted
2.b	Chudan Gyaku Tsuki Te Nagashi Uke + Uchi Shuto Uchi + O Uchi Gari + Gyaku Tsuki	Stød, maven, modsat arm som ben Håndfejning udefra Håndkantslag på halsen Indvendig benfejning Stød på gulvet, vitalt sted
Jiyu Waza	Frit forsvar - 5 stk. Forudsagte angreb.	Overvejende greb, kvælere, slag og spark. 5 vellykkede forsvar

Kendskab til:

Etikette	Hilsen (Rei) Bukker stående for dommeren Uke og Tori bukker stående Uke og Tori bukker siddende	Uke: Den der angriber Tori: Den der udfører teknikken
	Afklapning Forstå signal om overgivelse	Ved smerte eller overgivelse klappes på makker eller i måtten
	Hajime [ha-djimé] Matte [ma-té]	Begynd! Stop!