

### Prüfungstechniken - 3. Dan

Shomenuchi		Technik frei	
Katate-ryotedori		Technik frei	
Ryotedori		Technik frei	
Ushiro-ryotedori		Technik frei	
Ushiro-ryokatadori		Technik frei	
Ushiro-katatekubishime-katate(tekubi)dori		Technik frei	
Ushiro-katatekubishime-katate(tekubi)dori		Shihonage omote + ura waza	
Ushiro-katatekubishime-katate(tekubi)dori		Sankyo omote + ura waza	
Gyakuhanmi-katatedori	Hanmihantachi	Shihonage omote + ura waza	
Gyakuhanmi-katatedori	Hanmihantachi	Technik frei	
Ushiro-ryokatadori	Hanmihantachi	Technik frei	
Shomenuchi	Suwariwaza	Ikkyo omote + ura waza	
Shomenuchi	Suwariwaza	Technik frei	
Chüdanzuki	Jodori ( Uke mit Jo )	Technik frei	
Aihanmi- und Gyakuhanmi-katatedori	Jo mit Partner ( Tori mit Jo )	Technik frei	
Kumijo	Nr. 1 - 6		
Kumijo	25er Jo-Kata gegen Boken		
Ryokatadori	Randori	gegen vier Angreifer (eventuell Hanmihantachiwaza)	