

BRUNT BÄLTE, 1 KYU

Du ska vara fyllda 15 år.

Rei <i>(hälsning)</i>	Alla tidigare krav på hälsning.
Ukemi/Taiso <i>(Fall och gymnastik)</i>	Alla tidigare krav på fallteknik/gymnastik.
Kumi-kata <i>(Grepptechnik)</i>	Alla tidigare krav på greppteknik.
Nage-waza <i>(Kastteknik)</i>	Alla tidigare krav på kastteknik Kunna genomföra samtliga tekniker åt både höger och vänster.
Osae-komi-waza <i>(Fasthållningsteknik)</i>	Alla tidigare krav på fasthållningsteknik.
Shime-waza <i>(Halslåsteknik)</i>	Alla tidigare krav på halslåsteknik.
Kansetsu-waza <i>(Armlåsteknik)</i>	Alla tidigare krav på armlåsteknik.
Tokui-waza <i>(Favoritteknik)</i>	Alla tidigare krav på favoritteknik.
Kata	En valfri serie av de tre första serierna i Nage-no-kata.
Det här skall du veta...	Alla tidigare krav under rubriken ”det här skall du veta...”
Det här skall du även kunna...	Alla tidigare krav under rubriken ”det här skall du även kunna...”
Randori	Alla tidigare krav på randori.