



---

### 8,1 KYU egzamino programa (geltonas diržas)

#### **Kihon**

- |                                   |                     |
|-----------------------------------|---------------------|
| 1. Oi-zuki (zkd)                  | 5 x pirmyn ir atgal |
| 2. Age-uke / gyaku-zuki (zkd)     | 5 x pirmyn ir atgal |
| 3. Soto-uke / gyaku-zuki (zkd)    | 5 x pirmyn ir atgal |
| 4. Uchi-uke / gyaku-zuki (zkd)    | 5 x pirmyn ir atgal |
| 5. Gedan-barai / gyaku-zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 6. Mae-geri keage (zkd)           | 5 x pirmyn ir atgal |
| 7. Yoko-geri keage (kd)           | 3 x pirmyn ir atgal |

#### **Kata**

Taikyoku-Shodan (Pradžią pradžia)

#### **Kumite**

Gohon kumite: tori – oi-zuki jodan, oi-zuki chudan, mae-geri chudan.  
uke – age-uke, soto-uke, gedan-barai.

---

### 8 (8,2) KYU egzamino programa (geltonas diržas)

#### **Kihon**

- |                                   |                     |
|-----------------------------------|---------------------|
| 1. Oi-zuki (zkd)                  | 5 x pirmyn ir atgal |
| 2. Age-uke / gyaku-zuki (zkd)     | 5 x pirmyn ir atgal |
| 3. Soto-uke / gyaku-zuki (zkd)    | 5 x pirmyn ir atgal |
| 4. Uchi-uke / gyaku-zuki (zkd)    | 5 x pirmyn ir atgal |
| 5. Gedan-barai / gyaku-zuki (zkd) | 5 x pirmyn ir atgal |
| 6. Shuto-uke (kkd)                | 5 x pirmyn ir atgal |
| 7. Mae-geri keage (zkd)           | 5 x pirmyn ir atgal |
| 8. Mae-geri kekomi (zkd)          | 5 x pirmyn ir atgal |
| 9. Yoko-geri keage (kd)           | 3 x pirmyn ir atgal |
| 10. Yoko-geri kekomi (kd)         | 3 x pirmyn ir atgal |

#### **Kata**

Heian-Shodan (Tigras)

#### **Kumite**

Gohon kumite: tori – oi-zuki jodan, oi-zuki chudan, mae-geri chudan.  
uke – age-uke, soto-uke, gedan-barai.