

Zkušební program 10. KYU

Te sabaki	1	Ikkyo undo	hidari, migi
Ashi sabaki	2	Hanmi (hidari, migi)	střídání postoje
	3	Cugi ashi a Okuri ashi	
	4	Ushiro ashi Irimi	dále jen Irimi
	5	Kaiten	
Ukemi	6	Mae / Ushiro ukemi	v kleče
	7	Medvědi	sám, ve dvojicích
Pohybová dovednost	8	Zvířátka (králík, opice apod)	

Zkušební program 9. KYU

Te sabaki	1	Torifune	
	2	Ikkyo undo	
Ashi sabaki	3	Mae ashi Irimi	
	4	Ushiro ashi Irimi	
	5	Ushiro ashi Tenkan	dále jen Tenkan
	6	Kaiten	
Tai sabaki	7	Ushiro ashi Irimi tenkan	dále jen Irimi tenkan
Ukemi	8	Mae / Ushiro ukemi	pozice 1 / do postoje
	9	Ushiro ukemi s protažením	
Suwari waza	10	Shiko	mae
Tachi waza Katatetori aihanmi	11	Základní útoky	Uchopením
	12	Ikkyo Omote / Ura	

Zkušební program 8.KYU

Ashi sabaki	1	Mae ashi Tenkan	hidari, migi
	2	Ushiro ashi Tenkan	hidari, migi
	3	Mae ashi Tenchin	
	4	Ushiro ashi Tenchin	dále jen Tenchin
Tai sabaki	3	Irimi Tenkan	
	4	Mae ashi Tenkan	
Ukemi	7	Yoko ukemi	
	8	Rybičky	
Suwari waza	9	Shiko Mae / Ushiro	
	10	Shiko Irimi Tenkan	
Tachi waza Shomenuchi Kiawase	11	Kotegaeshi	Yoko ukemi
	12	Iriminage	

Zkušební program 7.KYU

Tai sabaki	1	Torifune	
	2	Mae ashi Tenchin	
	3	Ushiro ashi Tenchin	
	4	Irimi Tenkan Tenchin	
	5	Tenkan Tenchin	
Te sabaki	6	Shiho giri	Irimi Kaiten / Tenkan Kaiten
Ukemi	7	Velký pád / Kotegaeshi	
Tachi waza Shomenuchi Kiawase	8	Kotegaeshi	velký pád
	9	Iriminage	
Katatetori aihanmi	10	Ikkyo Omote / Ura	maeashi Irimi / Irimi
Katatetori gyakuhanmi	11	Shihonage Omote / Ura	Irimi Kaiten / maeashi Irimi
Ryote tori	12	Tenchinage Omote / Ura	přímý / Irimi Tenkan Tenchin
	13	Genkey kokyunage Omote	Irimi / Irimi
	14	Genkey kokyunage Ura	Tenchin / Irimi
	15	Genkey kokyunage variace	Tenkan / Tenchin

2005 - vypracoval R. Krůl a V. Ilgner, upraveno 2012 - R. Krůl