

Gelb- Orange (6. Kyu)

Fallen	Rückwärts								
	Seitwärts (b)								
	Vorwärts (b) liegen bleiben oder								
	Vorwärts (b) aufstehen								
Stand*	Ippon- seoi- nage								
	Tai- otoshi								
	Ko- uchi- gari								
	Ko- soto- gake oder								
	Ko- soto- gari								
	De- ashi- barai								
Boden	2 Ausführungen von 2 der Haltegriffe: Kesa- gatame								
	Yoko- shiho- gatame								
	Tate- shiho- gatame								
	Kami- shiho- gatame								
Anwendung Stand	Tori zieht/ geht zurück. Tori wirft Ippon- seoi- nage oder Tai- otoshi								
	Uke zieht/ geht zurück. Tori wirft Ko- uchi- gari oder De- ashi- barai								
	Tori weicht aus/ steigt über aus: Ippon- seoi- nage								
	Tai- otoshi								
	De- ashi- barai								



Gelb- Orange (6. Kyu)

/ / / / / / / / / / / /											
Anwendung Boden	Wurf, dann Halten: O- uchi gari oder										
	Ko- uchi gari										
	2 Befreiungen aus einem Grundhaltegriff										
	Uke in Rückenlage. Angriff zwischen den Beinen										
	Tori in Rückenlage. Uke greift zwischen den Beinen an										
Randori	Standrandori: Kontrolliert werfen und ausweichen										
	Bodenrandori: Kontrolle gegen ernsthafte Verteidigung										

