**3er KYU**

**NOTA: Todas las técnicas deben mostrarse de izquierda (Hidari Hanmi) y de derecha (Migi Hanmi). Todas las técnicas deben ejecutarse en Omote y Ura. Los ataques de Uke en Shomenuchi se realizan en Ai Hanmi**

Todo el Programa de 5to. Kyu

Todo el Programa de 4to. Kyu

Tachiwaza

* Shomenuchi Ikkyo
* Shomenuchi nikyo
* Shomenuchi Sankyo
* Shomenuchi Yonkyo

Suwariwaza

* Shomenuchi Ikkyo
* Shomenuchi nikyo
* Shomenuchi Sankyo
* Shomenuchi Yonkyo

Ryotedori Shihonage

Tsuki Iriminage

Ryotedori Tenchinage

Jo (Ataques-Stikes)

* Shomenuchi
* Yokomenuchi
* Tsuki

Boken (Ataques-Strikes)

* Shomenuchi
* Yokomenuchi
* Tsuki

Ken No Suburi

* Go no suburi (Suburi N° 5)
* Roku no suburi (Suburi N° 6)
* Nana no suburi (Suburi N° 7)