

5. Dan

Kihon:

- > Sanbon Renzuki (szabad tartás)
- < Jodan-Age-uke + Chudan-Soto-uke + Gyaku-zuki
(védek azonos kézzel)
- < Chudan-Uchi-uke + Kizami-zuki + Gyaku-zuki
(Kokutsu-dachi - Zenkutsu-dachi)
- > Shuto-uke + Kizami-Mae-Geri + Nukite
(Kokutsu-dachi - Zenkutsu-dachi)
- > Mae-geri + Jodan Jun-zuki + Chudan Gyaku-zuki
- > Yoko-Kekomi + Gyaku-zuki
- > Mawashi-geri + Gyaku-zuki
- > Mae-geri + Yoko-Kekomi + Mawashi-geri + Gyaku-zuki
(váltott lábbal)
- Mae-geri + Yoko-Kekomi + Ushiro-geri
(Zenkutsu-dachi, azonos lábbal)

Kata:

vizsgáztató által kijelölt kata (Heian Shodan - Tekki Sandan)
vizsgázó kedvenc katája (kérdés - felelet)

Kumite: Jiyu Kumite

A vizsgáztató ellenőrzi:

- a karate technikák magas szintű elsajátítását,
- testre szabott alkalmazását.