



日本空手松涛連盟

Japanese Government Approved International Non-Profit-Organization  
JAPAN KARATE SHOTO FEDERATION

**АТТЕСТАЦИОННАЯ  
ПРОГРАММА  
9 Кю – VI Дан**

Все действия выполняются 3 раза.

# 9 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед
- 4) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом назад
- 5) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ** с шагом вперед из **КАКИВАКЕ**
- 6) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад

## II. КАТА

**ДЖО-НО-КАТА**

## III. КУМИТЭ

**КИХОН-САНБОН-КУМИТЭ**

Атакующие и защитные действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ – АГЕ-УКЭ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ – СОТО-УКЭ**

# 8 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад
- 5) **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** с шагом вперед
- 6) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом назад  
после выполнения 3-х действий переход в **ДЗЮ-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 8) **ЧУДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 9) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 10) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед

## II. КАТА

**ХЕЙАН-ШОДАН**

## III. КУМИТЭ

**КИХОН-ГОХОН-КУМИТЭ**

Атакующие и защитные действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ – АГЕ-УКЭ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ – СОТО-УКЭ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ – ГЕДАН-БАРАЙ**

# 7 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад
- 5) **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** с шагом вперед
- 6) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом назад  
после выполнения 3-х действий переход в **ДЗЮ-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 8) **ЧУДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 9) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 10) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед

## II. КАТА

**ХЕЙАН-НИДАН**

## III. КУМИТЭ

**КИХОН-ГОХОН-КУМИТЭ**

Атакующие и защитные действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ – АГЕ-УКЭ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ – СОТО-УКЭ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ – ГЕДАН-БАРАЙ**

# 6 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад
- 5) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед + **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** в **НЭКОАШИ-ДАЧИ**  
+ **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 6) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ** с шагом вперед + **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 8) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 9) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 10) **ДЗЁДАН-УРАКЕН-УЧИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** с вращением и шагом вперед

## II. КАТА

**ХЕЙАН-САНДАН**

## III. КУМИТЭ

**КИХОН-ИППОН-КУМИТЭ**

Атакующие и защитные действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ – АГЕ-УКЭ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ – СОТО-УКЭ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ – ГЕДАН-БАРАЙ**
- 4) **ЧУДАН-ЙОКО-ГЕРИ – СОТО-УКЭ**
- 5) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ – ДЗЁДАН-УЧИ-УКЭ**

# 5 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад
- 5) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед + **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** в **НЭКОАШИ-ДАЧИ**  
+ **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 6) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ** с шагом вперед + **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 8) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 9) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 10) **ДЗЁДАН-УРАКЕН-УЧИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** с вращением и шагом вперед

## II. КАТА

**ХЕЙАН-ЙОНДАН**  
**ДЖУНРО-ШОДАН**

## III. КУМИТЭ

**КИХОН-ИППОН-КУМИТЭ**

Атакующие действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ**
- 4) **ЧУДАН-ЙОКО-ГЕРИ**
- 5) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ**

Защитные действия по усмотрению.

# 4 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад
- 5) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед + **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** в **НЭКОАШИ-ДАЧИ**  
+ **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 6) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ** с шагом вперед + **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 8) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ НО-КАМАЕ**
- 9) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ (НЬЮМИ-АШИ)** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**
- 10) **ДЗЁДАН-УРАКЕН-УЧИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** с вращением и шагом вперед

## II. КАТА

**ХЕЙАН-ГОДАН**  
**ДЖУНРО-НИДАН**

## III. КУМИТЭ

**КИХОН-ИППОН-КУМИТЭ**

Атакующие действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ**
- 4) **ЧУДАН-ЙОКО-ГЕРИ**
- 5) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ**

Защитные действия по усмотрению с выполнением **ТАИ-САБАКИ**.

# 3 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **САНБОН-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад + **ДЗЁДАН-МАЕ-ГЕРИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед  
+ **ЙОРИ-АШИ** в **КИБА-ДАЧИ** с **ЙОКО-ЭМПИ-УЧИ**
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад  
+ **ЧУДАН-ГЯКУ-НУКИ-ТЭ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ**
- 5) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед + **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** в **НЭКОАШИ-ДАЧИ**  
+ **УРА-ДЗУКИ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 6) **ДАН-ГЕРИ (ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ + ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ) одной ногой)**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 8) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ (НЬЮМИ-АШИ)**  
+ **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ** (задней ногой) с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 9) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ШУТО-УЧИ** с шагом вперед  
+ **ДЗЁДАН-ЭМПИ-УЧИ** с шагом вперед и разворотом на 360°  
+ **ДЗЁДАН-ШУТО-УЧИ** с шагом назад и разворотом на 360° (обратно)  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 10) **ЙОРИ-АШИ** с **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** + **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед  
+ **ЙОРИ-АШИ** с **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** + **ГЕДАН-БАРАЙ**

## II. КАТА

**ТЕККИ-ШОДАН**  
**ДЖУНРО-САНДАН**

## III. КУМИТЭ

**ДЗЮ-ИППОН-КУМИТЭ**

Атакующие действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ**
- 4) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ**
- 5) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ**
- 6) **ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ**

Защитные действия по усмотрению.



# 2 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **САНБОН-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад + **ДЗЁДАН-МАЕ-ГЕРИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед  
+ **ЙОРИ-АШИ** в **КИБА-ДАЧИ** с **ЙОКО-ЭМПИ-УЧИ**
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад  
+ **ЧУДАН-ГЯКУ-НУКИ-ТЭ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ**
- 5) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед + **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** в **НЭКОАШИ-ДАЧИ**  
+ **УРА-ДЗУКИ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 6) **ДАН-ГЕРИ (ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ + ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ))** одной ногой)  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 8) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ (НЬОМИ-АШИ)**  
+ **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ** (задней ногой) с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 9) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ШУТО-УЧИ** с шагом вперед  
+ **ДЗЁДАН-ЭМПИ-УЧИ** с шагом вперед и разворотом на 360°  
+ **ДЗЁДАН-ШУТО-УЧИ** с шагом назад и разворотом на 360° (обратно)  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 10) **ЙОРИ-АШИ** с **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** + **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед  
+ **ЙОРИ-АШИ** с **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** + **ГЕДАН-БАРАЙ**

## II. КАТА

**ДЖУНРО-ЁНДАН**

**ШИТЕЙ-КАТА** (по выбору экзаменатора: **ХЕЙАН-ШОДАН – ТЕККИ-ШОДАН**)

**ТОКУЙ-КАТА** (по выбору экзаменуемого: **БАССАЙ-ДАЙ, КАНКУ-ДАЙ, ЭМПИ, ДЖИОН**)

## III. КУМИТЭ

**ДЗЮ-ИППОН-КУМИТЭ**

Атакующие действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ**
- 4) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ**
- 5) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ**
- 6) **ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ**

Защитные действия по усмотрению.

# 1 КЮ

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **САНБОН-ДЗУКИ** с шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад + **ДЗЁДАН-МАЕ-ГЕРИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед  
+ **ЙОРИ-АШИ** в **КИБА-ДАЧИ** с **ЙОКО-ЭМПИ-УЧИ**
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад  
+ **ЧУДАН-ГЯКУ-НУКИ-ТЭ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ**
- 5) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед + **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** в **НЭКОАШИ-ДАЧИ**  
+ **УРА-ДЗУКИ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 6) **ДАН-ГЕРИ (ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ + ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ))** одной ногой)  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ** с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **КИБА-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 8) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ (НЬОМИ-АШИ)**  
+ **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ** (задней ногой) с шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 9) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ШУТО-УЧИ** с шагом вперед  
+ **ДЗЁДАН-ЭМПИ-УЧИ** с шагом вперед и разворотом на 360°  
+ **ДЗЁДАН-ШУТО-УЧИ** с шагом назад и разворотом на 360° (обратно)  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ДЗЮ-КАМАЕ**
- 10) **ЙОРИ-АШИ** с **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** + **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед  
+ **ЙОРИ-АШИ** с **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** + **ГЕДАН-БАРАЙ**

## II. КАТА

**ДЖУНРО-ГОДАН**

**ШИТЕЙ-КАТА** (по выбору экзаменатора: **ХЕЙАН-ШОДАН – ТЕККИ-ШОДАН**)

**ТОКУЙ-КАТА** (по выбору экзаменуемого: **БАССАЙ-ДАЙ, КАНКУ-ДАЙ, ЭМПИ, ДЖИОН**)

## III. КУМИТЭ

**ДЗЮ-ИППОН-КУМИТЭ**

Атакующие действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ**
- 4) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ**
- 5) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ**
- 6) **ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ**

Защитные действия по усмотрению.

# ШОДАН

## I. КИХОН

Действия выполняются из **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ ГЕДАН-КАМАЕ**

- 1) **САНБОН-ДЗУКИ** с длинным шагом вперед
- 2) **ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ** с шагом назад + **ДЗЁДАН-МАЕ-ГЕРИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед + **ЙОРИ-АШИ** в **КИБА-ДАЧИ** с **ЙОКО-ЭМПИ-УЧИ** + **ДЗЕДАН-УРАКЕН-УЧИ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**
- 4) **ЧУДАН-ШУТО-УКЭ** в **КОКУЦУ-ДАЧИ** с шагом назад  
+ **ДЗЁДАН-КИЗАМИ-МАЕ-ГЕРИ**  
+ **ЧУДАН-ГЯКУ-НУКИ-ТЭ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ**
- 5) **ГЕДАН-БАРАЙ** с шагом вперед + **ЧУДАН-УЧИ-УКЭ** в **НЭКОАШИ-ДАЧИ**  
+ **УРА-ДЗУКИ** с переходом в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** + **ЙОРИ-АШИ** с **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** **ДЗЮ-КАМАЕ**
- 6) **ДАН-ГЕРИ (ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ + ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ (КОШИ) одной ногой) + ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** **ДЗЮ-КАМАЕ**
- 7) **ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ** с шагом вперед + **ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** **ДЗЮ-КАМАЕ**
- 8) **ДЗЁДАН-УРАКЕН-УЧИ + ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ** с вращением и шагом вперед  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** **ДЗЮ-КАМАЕ**
- 9) **ДАН-ГЕРИ (ЙОКО-ГЕРИ-КЕАГЭ + ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ одной ногой)**  
после выполнения 3-х действий **МАВАТТЭ** в **ЗЭНКУЦУ-ДАЧИ** **ДЗЮ-КАМАЕ**
- 10) **ДЗЁДАН-СОТО-УКЭ** с шагом вперед  
+ **ЙОРИ-АШИ** назад под 45° с **ГЕДАН-БАРАЙ-УКЭ** (той же рукой)  
+ **КИЗАМИ-МАЕ-ГЕРИ + ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ**

## II. КАТА

ШИТЕЙ-КАТА 1 (по выбору экзаменатора: ХЕЙАН-ШОДАН – ТЕККИ-ШОДАН)

ШИТЕЙ-КАТА 2 (по выбору экзаменатора: ДЖУНРО-ШОДАН – ДЖУНРО-ГОДАН)

ТОКУЙ-КАТА (по выбору экзаменуемого: БАССАЙ-ДАЙ, КАНКУ-ДАЙ, ЭМПИ, ДЖИОН)

## III. КУМИТЭ

### ДЗЮ-ИШПОН-КУМИТЭ

Атакующие действия:

- 1) **ДЗЁДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 2) **ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ**
- 3) **ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ**
- 4) **ЙОКО-ГЕРИ-КЕКОМИ**
- 5) **ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ**
- 6) **ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ**

Защитные действия по усмотрению.

# НИДАН

## I. КИХОН

Действия выполняются из ДЗЮ-КАМАЕ

После выполнения каждых 3-х действий МАВАТТЭ в ДЗЮ-КАМАЕ

- 1) ДЗЁДАН-КИЗАМИ-ДЗУКИ с длинным шагом вперед + САНБОН-ДЗУКИ
- 2) ДЗЁДАН-КИЗАМИ-ДЗУКИ с длинным шагом вперед + ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ
- 3) ДЗЁДАН-АГЕ-УКЭ с шагом назад + ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ с шагом вперед + ЧУДАН-УШИРО-ГЕРИ с шагом вперед + ДЗЁДАН-УРАКЕН-УЧИ + ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ
- 4) ДЗЁДАН-МАВАШИ-ГЕРИ с шагом вперед + АШИ-БАРАЙ с шагом вперед + ЧУДАН-ГЯКУ-ДЗУКИ
- 5) ДЗЁДАН-КИЗАМИ-ДЗУКИ с длинным шагом вперед + ЧУДАН-МАЕ-ГЕРИ + ЧУДАН-ОЙ-ДЗУКИ с шагом вперед
- 6) на месте: МАЕ-ГЕРИ + ЙОКО-ГЕРИ + МАВАШИ-ГЕРИ + УШИРО-ГЕРИ

## II. КАТА

ШИТЕЙ-КАТА (по выбору экзаменатора: БАССАЙ-ДАЙ, КАНКУ-ДАЙ, ЭМПИ, ДЖИОН, ДЖУНРО-ШОДАН – ДЖУНРО-ГОДАН)

ТОКУЙ-КАТА (по выбору экзаменуемого)

## III. КУМИТЭ

ДЗЮ-КУМИТЭ

# САНДАН

## I. КАТА

ШИТЕЙ-КАТА (по выбору экзаменатора: БАССАЙ-ДАЙ, КАНКУ-ДАЙ, ЭМПИ, ДЖИОН, ДЖУНРО-ШОДАН – ДЖУНРО-ГОДАН, ДЖИТТЭ, ГАНКАКУ, ХАНГЕЦУ)

ТОКУЙ-КАТА (по выбору экзаменуемого)

## II. КУМИТЭ

ДЗЮ-КУМИТЭ

# ЙОНДАН

## I. КАТА

**ШИТЕЙ КАТА** (все ката ШОТОКАН и ДЖУНРО)  
**ТОКУЙ-КАТА** (по выбору экзаменуемого)

## II. КУМИТЭ

### ДЗЮ-КУМИТЭ

Если экзаменуемый не может принимать участие в дзю-кумитэ по физиологическим или другим причинам, данный раздел может быть заменен теоретическим специальным докладом об изучении или преподавании каратэ. Дзю-кумитэ предпочтительнее.

# ГОДАН

## I. КАТА

**ШИТЕЙ КАТА** (все ката ШОТОКАН и ДЖУНРО)  
**ТОКУЙ-КАТА** (по выбору экзаменуемого)

## II. КУМИТЭ

**ДЗЮ-КУМИТЭ** или **ПИСЬМЕННЫЙ ДОКЛАД ОБ ИЗУЧЕНИИ ТЕХНИКИ КАРАТЭ**  
(тема доклада согласовывается предварительно)

# РОКУДАН

## I. КАТА

**ШИТЕЙ КАТА** (все ката ШОТОКАН и ДЖУНРО)  
**ТОКУЙ-КАТА** (по выбору экзаменуемого)

## II. КУМИТЭ

**ПИСЬМЕННЫЙ ДОКЛАД ОБ ИЗУЧЕНИИ ТЕХНИКИ КАРАТЭ**  
(тема доклада согласовывается предварительно)