

Grad	Condiții de examinare	Programa examinare ADULȚI														
		Ikkyo	Nikyo	Sankyo	Yonkyo	Gokyo	Shiho Nage	Irimi Nage	Kote Gaeshi	Kaiten Nage	Tenchi Nage	Jiyu waza	Kokyo-Ho			
6 kyu	30 zile practică, 4 luni	Kamae, Tenkan, Shiko, Mae ukemi, Ushiro ukemi, Yoko ukemi, Obi ukemi, Ashi sabaki (Ayumi ashi, Okuri ashi, Tsugi ashi), Suwariwaza Kokyu-Ho, Ai hanmi Ikkyo, Ai hanmi Shiho nage														
5 kyu	30 zile practică, 4 luni	Shomen uchi						Katate dori	Shomen uchi							
4 kyu	60 zile practică, 4 luni			Kata dori	Katate dori					Yokomen uchi						
3 kyu	60 zile practica, 6 luni	Shomen uchi						Ryote dori	Tsuki	Shomen uchi						
		Suwariwaza shomen uchi								Tsuki		Ryote dori				
2 kyu	60 zile practică, 6 luni	Kata dori	Kata dori						Katate dori							
		Suwariwaza kata dori						Hanmihandachi waza katate dori		Suwariwaza katate dori		Katate dori		Katate dori		
1 kyu	60 zile practică, 6 luni	Yokomen uchi						Shomen uchi	Ushiro ryote dori				Tsuki		Ryote dori	
		Ushiro ryote dori								Suwariwaza katate dori		Suwariwaza shomen uchi		Morote dori		Tachiwaza
											Suwariwaza tsuki					
											Suwariwaza shomen uchi		Kata dori			

Notă practicantul trebuie să cunoască toate tehnicile care se cer pentru gradele inferioare celui pentru care susține examen tehnicile se execută întotdeauna pe ambele părți (dreapta și stânga) și în ambele forme (omote și ura) numărul de zile de practică si luni cerute pentru înscrierea la examen reprezintă perioada de participare la antrenament de la examinarea anterioară