

	Gul markering (7 år)	Gult bälte (7 år)	Orange markering (8 år)	Oranget bälte (8 år)	Grön markering (9 år)	Grönt bälte (10 år)	Blå markering (11 år)	Blått bälte (12 år)	Brun markering (13 år)	Brunt bälte (15 år)
Kast åt höger	2*	4*	5*	7*	8*	10*	10* 4^	10* 8^	10* 12^	10* 16^
Kast åt vänster	2*	4*	5*	7*	8*	10*	10* 4^	10* 8^	10* 12^	10* 16^
Tekniker i Ne-Waza	2 ■	4 ■	6 ■	8 ■ 2Δ3~	9 ■ 3Δ5~	10 ■ 5Δ7~	12 ■ 7Δ9~	14 ■ 9Δ11~	16 ■ 9Δ11~	16 ■ 9Δ11~
Fullfölja kast ner i Ne-Waza	-	-	-	2	3	4	5	5	6	6
Kombinationer i Tachi-Waza	-	-	2	2	4	4	6	8	6 Tokui-Waza	6 Tokui-Waza
Kombinationer "höger ↔ vänster" i Tachi-Waza	-	-	-	-	-	2	3	4	4	4
Kombinationer "framåt ↔ bakåt" i Tachi-Waza	-	-	-	-	-	2	3	4	4	4
Kontringar i Tachi-Waza	-	-	-	-	2	4	5	6	6	6
Losstagningar från fasthållningar	-	2	3	3	4	4	5	5	6	6
Vända uke till ryggläge	-	1	2	3	4	5	6	7	7	7
Från försvarsposition på rygg vända uke till rygg	-	-	2	2	3	3	3	3	3	3
Ta sig förbi ukes ben när uke ligger i försvarsposition på rygg	-	-	-	1	2	3	3	3	3	3
Få loss benet som uke fångat med sina ben	-	-	1	2	3	3	3	3	3	3
Ta över när uke attackerar tori som står på alla fyra	-	-	-	-	-	1	2	3	4	4

* tabell 1 ^ tabell 2 ■ fasthållningar Δarmlås (från 14 år) ~halslås (från 14 år)

Tabell #1

Ashi-Guruma	De-Ashi-Harai	Eri-Seoi-Nage	Hane-Goshi	Harai-Goshi
Hiza-Guruma	Ippon-Seoi-Nage	Ko-Soto-Gake	Ko-Soto-Gari	Ko-Uchi-Gari
Ko-Uchi-Makikomi	Koshi-Guruma	Kubi-Nage	Morote-Seoi-Nage	O-Goshi
O-Soto-Gari	O-Soto-Otoshi	O-Uchi-Gari	Okuri-Ashi-Harai	Sasae-Tsurikomi-Ashi
Seoi-Otoshi	Tai-Otoshi	Tani-Otoshi	Tsuri-Goshi	Uki-Goshi

Tabell #2

Daki-Age	Daki-Wakare	Hane-Makikomi	Harai-Makikomi	Harai-Tsurikomi-Ashi	Hikiomi-Gaeshi	Kata-Guruma	Kibisu-Gaeshi
Kuchiki-Taoshi	Morote-Gari	Sode-Tsurikomi-Goshi	O-Soto-Guruma	O-Soto-Makikomi	Obi-Otoshi	Obi-Tori-Gaeshi	O-Guruma
Soto-Makikomi	Sukui-Nage	Sumi-Gaeshi	Sumi-Otoshi	Tawara-Gaeshi	Tomoe-Nage	Tsubame-Gaesh	Tsurikomi-Goshi
Uchi-Makikomi	Uchi-Mata	Uchi-Mata-Makikomi	Uki-Otoshi	Uki-Waza	Ura-Nage	Ushiro-Goshi	Utsuri-Goshi
Yama-Arashi	Yoko-Gake	Yoko-Guruma	Yoko-Otoshi	Yoko-Wakare			

Fasthållningar

Kami-Shiho-Gatame	Kata-Gatame	Kesa-Gatame	Kuzure-Kami-Shiho-Gatame
Kuzure-Kesa-Gatame	Kuzure-Tate-Shiho-Gatame	Kuzure-Yoko-Shiho-Gatame	Makura-Kesa-Gatame
Mune-Gatame	Sankaku-Gatame	Tate-Shiho-Gatame	Uke-Gatame
Ura-Gatame	Ura-Kesa-Gatame	Ushiro-Kesa-Gatame	Yoko-Shiho-Gatame

Armlås (från 14 år)

Ashi-Gatame	Hara-Gatame	Hiza-Gatame
Juji-Gatame	Kannuki-Gatame	Kesa-Garami
Ude-Garami	Ude-Gatame	Waki-Gatame

Halslås (från 14 år)

Gyaku-Juji-Jime	Hadaka-Jime	Kata-Ha-Jime	Kata-Juji-Jime
Kata-Te-Jime	Nami-Juji-Jime	Okuri-Eri-Jime	Ryote-Jime
Sankaku-Jime	Sode-Guruma-Jime	Tsukomi-Jime	