

## 5° Kyu - Amarela

Mínimo 30 aulas-dia como 6° Kyu.

- Tobikoshi ukemi
- Shikko ( mae ).
- Shikko ( ushiro).
- Shikko ( kaiten ).
- Shiho undo (4 Direções).
- Happo undo (8 Direções).
  
- Tachi-Waza
  - Muna-dori
    - Nikyo
    - Sankyo
  
  - Katate-dori
    - Ikkyo
    - Sankyo
    - Shiho-nage
    - Kaiten-nage
    - Irimi-nage
  
  - Shomen-uchi
    - Ikkyo
    - Nikyo
    - Kote-gaeshi
    - Irimi-nage
  
  - Ryote-dori
    - Ikkyo
    - Nikyo
    - Tenchi-nage
    - Irimi-nage
  
  - Yokomen-uchi
    - Koku-nage (arremesso p/ frente)
  
- Suwari-Waza
  - Zagi kokyu