

	Katate-tori ai-/gyaku-hanmi	Griff eines Handgelenks	Ryote-tori	Griff beider Handgelenke	Katate-ryote-tori	Griff eines Handgelenks mit beiden Händen	Mune-tori	Griff zum Revers	Yoko-kubi-shime	Seitliches Würgen	Ushiro-ryokata-tori	Griff beider Schultern von hinten	Ushiro-kakae-tori	Umklammerung von hinten	Ushiro-ryote-tori	Griff beider Handgelenke von hinten	Ushiro-eri-tori	Griff in den Kragen von hinten	Ushiro-katate-tori-kubi-shime	Griff eines Handgelenks und Würgen von hinten	Ushiro-kubi-shime	Würgen von hinten	Yokomen-uchi	Schräger Schlag	Shomen-uchi	Gerader Schlag	Shomen-tsuki	Gerader Fauststoß (zum Bauch)	Yoko-tsuki (soto)	Schräger Fauststoß	
Nage-waza	Shiho-nage	5	5	5	5								4										4								
	Kaiten-nage (uchi)	4																					4	4	4	4					
	Irimi-nage	4	4	4										3									3	3	3	3					
	Kaiten-nage (soto)	3																							3	3	3				
	Aiki-otoshi								2	2	2																				
	Koshi-nage		2					2	2										2	2	2	2	2	2	2	2	2				
	Kote-gaeshi	1	1	1										1										1	1	1					
	Koshi-nage-hiji-garami													1																	
	Koshi-nage-kote-hineri	1												1																	
	Juji-garami													1				1													
	Tenchi-nage			S																			S				S				
	Sumi-otoshi	S	S																					S							
	Kokyu-nage			S	S					S	S													S							
	Ude-kime-nage					S																		S				S			
	Katame-waza	Ude-osae (Ikkyo)	5	5	5	5						4		4	4	4								4	4	4	4				
Kote-mawashi (Nikyo)		3	3	3	3						3		3	3	3								3	3	3	3					
Kote-hineri (Sankyo)		2	2	2	2						2		2	2	2								2	2	2	2					
Tekubi-osae (Yonkyo)		1	1	1	1						1		1	1	1									1	1	1	1				
Ude-nobashi (Gokyo)		1																						1							
Ude-kime-osae (Rokkyo)		S																					S				S				
Ude-garami		S																						S		S			S		
Randori	2	2	2																				1	1	1						