

3. KYU (Ruskea III) VAATIMUKSET – kumulatiivinen versio

Vähimmäisaika 3. kyun kokeeseen 3 vuotta ja 3 kuukautta ja vähintään 344 ohjattua harjoitusta.

Kihon:

Tachi

- 10. kyu: Fudo Dachi (Yoi dachi), Musubi Dachi, Sanchin Dachi, Zenkutsu Dachi
- 9. kyu: Kiba Dachi, Kokutsu Dachi
- 8. kyu: Heisoku Dachi
- 7. kyu: Pystyttävä liikkumaan asennosta toiseen, soveltaen aikaisemmin opittuja asentoja
- 6 .kyu: Shiko Dachi, Tsuru Ashi Dachi, Kata Hiza Dachi, Gyaku Zenkutsu Dachi
- 5 kyu: Dai Kokutsu Dachi, Kake Dachi, Neko Ashi Dachi
- 4. kyu: Gyaku Zenkutsu Dachi, Hangetsu Dachi, Seiotoshi Dachi (Konsho, Konni, Konsan)
- 3. kyu: -

Uke

- 10. kyu: Seiken Gedan Barai, Seiken Jodan Uke
- 9. kyu: Seiken Chudan Soto Uke, Seiken Chudan Uchi Uke
- 8. kyu: Shuto Mawashi Uke, Tetsui Oroshi Uke
- 7. kyu: Chudan Shuto Mae Uke
- 6 .kyu: Jodan Shuto Uke, Seiken Gedan Juji Uke, Seiken Jodan Juji Uke, Seiken Morote Uchi Uke, Shotei Oroshi Uke, Shuto Chudan Soto Uke
- 5 kyu: Gedan Shuto Uke, Kata Uke, Koken Chudan Uchi Uke, Mae Shuto Mawashi Uke, Shotei Chudan Soto Uke, Uchi Uke Gedan Barai
- 4. kyu: Chudan Kakiwake Uke (Pinan IV), Mikazuki Geri Uke, Morote Haishu Uke (Pinan IV), Shotei Gedan Barai, Shuto Gedan Juji Uke, Shuto Jodan Juji Uke, Tate Shuto Uke, Tsuki Uke (Tsuki Kata), Uraken Oroshi Uke
- 3. kyu: Haishu Yoko Uke (Pinan V), Haito Uchi Uke, Jodan Nukite Uke. Jodan Yoko Uchi Harai (Pinan V), Morote Seiken Kamae

Tsuki

- 10. kyu: Oi Tsuki (Jun Tsuki)
- 9. kyu: Seiken Jodan Tsuki
- 8. kyu: Seiken Gyaku Tsuki, Seiken Gedan Tsuki
- 6 .kyu: Seiken Tate Tsuki
- 5 kyu: Morote Yoko Seiken, Seiken Oroshi Tate Tsuki, Yoko Seiken (Konsho)
- 4. kyu: -
- 3. kyu: Kagi Tsuki (Sai I – Koukku sivulle)

Uchi

- 10. kyu: Shuto Oroshi, Yoko Shuto Uchi
- 9. kyu: Shuto Hizo Uchi, Ushiro Empi Uchi (*itsepuolustus tekniikan yhteydessä*)
- 8. kyu: Mae Empi Uchi, Shuto Mawashi Uchi, Tetsui Oroshi Uchi
- 7. kyu: Empi Oroshi Uchi, Mae Shotei Uchi, Shuto Ganmen Uchi
- 6 .kyu: Age Empi Uchi, Koken-Shotei, Tetsui Mawashi Uchi (Pinan II), Tetsui Yoko Uchi (Pinan II), Ushiro Mawashi Empi Uchi, Yoko Empi Uchi, Yonhon Nukite

- 5 kyu: Koken Age Uchi, Mawashi Empi Uchi (Saifa), Uraken Oroshi Uchi, Morote Yoko Shuto Uchi (Henka II), Seiken Ago Uchi, Shuto Chudan Ate (Konsho), Shuto Sakotsu Uchi Komi, Uraken Ganmen Uchi (Pinan III), Uraken Hizo Uchi, Morote Uraken Oroshi Uchi (Konsho), Uraken Sayu Uchi, Shita Tsuki Ippon Ken, , Ushiro Seiken-Empi (Pinan III)
- 4. kyu: Koken Oroshi Uchi, Morote Empi Oroshi Uchi (Hiji I), Seiken Mae Uchi , Seiken Tate Uchi, Shuto Jodan Uke – Shuto Ganmen Uchi, Shuto Sakotsu Uchi, Toho Uchi, Uraken Shomen Uchi
- 3. kyu: Chudan Haishu Uchi, Hasami Uchi, Morote Empi Oroshi Uchi, Morote Uraken Age Uchi (Pinan IV), Nakadaka Ippon Ken, Nihon Nukite Uchi, Uchi Uke Oyayubi Ippon Ken, Uraken Mawashi Uchi

Keri

- 10. kyu: Kin Geri
- 9. kyu: Kakato Geri, Mae Geri (Kekomi)
- 8. kyu: Chusoku Mawashi Geri, Haisoku Mawashi Geri, Mae Hiza Geri, Sokuto Fumi Komi Geri, Yoko Geri (Kekomi)
- 7. kyu: Mawashi Hiza Geri
- 6 .kyu: Mae Geri (Keage)
- 5 kyu: Ago Mae Geri (Keage), Kansetsu Geri, Mikazuki Geri, Ushiro Geri Kekomi, Ura Mawashi Geri
- 4. kyu: Ushiro Geri Keage, Ushiro Mawashi Geri
- 3. kyu: Mae Tobi Geri

Kihon Waza askeltaen:

Zenkutsu Dach

- 10. kyu: Gedan Barai, Jodan Uke, Oitsuki

Kokutsu Dach

- 9: kyu Maegeri
- 8. kyu: Shuto Mawashi Uke
- 7. kyu: Aikaisemmin opetetut tekniikat liikkuen asennosta toiseen
- 7. kyu: Yoko Geri Kiba Dachista sivulle ristikkäisaskeleella
- 7. kyu: Mawashi Geri Zenkutsu Dachista

Renzoku Waza:

- 3. kyu: Pystyttävä suorittamaan peräkkäisien tekniikoiden sarjana kaikki tähän vyöarvoon mennessä vaadittavat tekniikat ja asennot vyökokeen ohjaajan ilmoituksen mukaisesti.

Ippon Kumite:

- 6 .kyu: Sanchin Dachista peruslyöntien, iskujen, potkujen ja torjuntujen soveltaminen, vyökokeen ohjaajan ilmoituksen mukaisesti
- 5 kyu: Askeleen kanssa (Uke astuessa eteenpäin siirtyy Tori sopivaan asentoon) perus lyöntien, iskujen, potkujen ja torjuntujen soveltaminen, myös muista suunnista kuin suoraan edestä, vyökokeen pitäjän ohjeiden mukaisesti

- 3. kyu: Perääntyminen ja vastaiskut Keri Wazaa hyväksikäyttäen, osoittaen hyvää täsmällisyyttä ja nopeutta

Niban Kumite:

- 3. kyu: Vastaiskuissa Renraku Wazan hyväksikäyttö

Sanban Kumite:

- 7. kyu: Uke, Seiken Jodan Tsuki (Zenkutsu Dachi) – Tori, Seiken Yodan Uke > Gyaku Tsuki (Zenkutsu Dachi)
- 7. kyu: Uke, Seiken Chudan Tsuki (Zenkutsu Dachi) – Tori, Seiken Soto Uke > Seiken Chudan Gyaku Tsuki (Zenkutsu Dachi)
- 7. kyu: Uke, Seiken Gedan Tsuki (Zenkutsu Dachi) – Tori, Seiken Gedan Barai > Mae Hiza Geri (Zenkutsu Dachi)
- 7. kyu: Uke, Shuto Ganmen Uchi (Zenkutsu Dachi) – Tori, Seiken Chudan Uchi Uke > Mae Geri (Kokutsu Dachi)
- 7. kyu: Uke, Shuto Oroshi Uchi (Zenkutsu Dachi) – Tori Seiken Jodan Uke > Shuto Ganmen Uchi (Zenkutsu Dachi)
- 6 .kyu: Uke, Shuto Hizo Uchi (Zenkutsu Dachi) – Tori, Shuto Gedan Barai > Mae Empi Uchi (Zenkutsu Dachi)
- 6 .kyu: Uke, Mae Geri (Zenkutsu Dachi) – Tori, Seiken Gedan Barai (Gyaku Zenkutsu Dachi) > Seiken Chudan Gyaku Tsuki (Zenkutsu Dachi)
- 6 .kyu: Uke, Kingeri (Kokutsu Dachi) – Tori, Shotei Oroshi Uke > Chusoku Mawashi Geri (Kokutsu Dachi)
- 6 .kyu: Uke, Haisoku Mawashi Geri (Zenkutsu Dachi) – Tori, Morote Soto Uke (Shiko Dachi) > Seiken Yodan Gyaku Tsuki (Zenkutsu Dachi)
- 5 kyu: Pystyttävä soveltamaan kaikkia tähän mennessä vaadittuja tekniikoita Sanban kumitessa, vyökokeen pitäjän ohjeiden mukaisesti.
- 3. kyu: Uken nopeiden vapaa valintaisten Oitsuki hyökkäysten torjunta ja oikean vastaiskun automaattinen valinta

Muut harjoitteet:

- 3. kyu: Yoko Gerin hyväksikäyttö vastustajan suojauksen murtamiseksi

Kata:

- 10. kyu: Taikyoku I
- 9. kyu: Taikyoku II, Taikyoku III
- 8. kyu: Pinan I
- 7. kyu: Henka I, Kihon I
- 6 .kyu: Kihon II, Pinan II
- 5 kyu: Henka II, Pinan III, Kihon III, Konsho
- 4. kyu: Keri Kata, Hiji I, Pinan IV, Bo I
- 3. kyu: Pinan V, Kihon V, Konni, Sai I

Bunkai:

- 9. kyu: Perus bunkai Taikyoku I,II ja III
- 6 .kyu: Pinan II ensimmäisten liikkeiden soveltaminen erilaisiin käsivarsi tartuntoihin
- 3. kyu: Bo I katan bunkain soveltaminen tyhjänkäden tekniikoissa
- 3. kyu: vapaan itsepuolustuksen pitäisi heijastaa ymmärrystä Bunkaista ja sen määrätietoista harjoittelua

Goshin-jutsu:

Ranneotteet

- 10. kyu: kahden käden ranneote edestä Torin kädet alaspäin > irtautuminen
- 10. kyu: kahden käden ranneote edestä Torin kädet ylöspäin > irtautuminen
- 10. kyu: yhden käden ranneote peilikuva Uken rystyset ulospäin > irtautuminen
- 10. kyu: yhden käden ranneote peilikuva Uken rystyset sisäänpäin > irtautuminen
- 9. kyu: kahden käden ranneote takaa > Kuzushi > irtautuminen > Ushiro Empi > Shuto Gedan Uchi
- 9. kyu: yhden käden ranneote ristikkäinen Uken rystyset ulospäin > irtautuminen
- 9. kyu: yhden käden ranneote ristikkäinen Uken rystyset sisäänpäin > irtautuminen
- 5 kyu: Uke tarttuu kahdella kädellä yhdestä ranteesta > Konsho bunkai
- 5 kyu: Tori selällään lattialla ja Uke tarttunut molemmista ranteista
- 5 kyu: Tori vatsallaan lattialla ja Uke tarttunut molemmista ranteista

Kuristukset

- 10. kyu: kahden käden kuristus edestä > Zenkutsu Dachī, Shuto Yoko Uchi (kaulaan)
- 9. kyu: kahden käden kuristus takaa > Zenkutsu Dachī, Shuto Hizo Uchi
- 9. kyu: niskalenkki sivulta > irtautuminen
- 9. kyu: yhdenkäden kuristus takaa > Yoko Gari
- 6 .kyu: uristus sivulta > tartunta vastustajan ranteesta, Nukite kaulaan > Yoko Geri
- 6 .kyu: niskalenkki etupuolelta > Kata Hiza Dachī > Haito Gedan Uchi > Ippon Ken Uken sisäreiteen
- 5 kyu: kuristus lattialta Tori selällään >
- 5 kyu: kuristus lattialta Tori vatsallaan >
- 4. kyu: Name Juji Jime (ristikkäiskuristus) > Atemit (lyönnit korville ja shutot kylkiin) > Morote Seiken > Mae Geri
- 4. kyu: yhdenkäden kuristus takaa yhtäaikaaisesti ranteesta tartunnan kanssa > Atemi > Yoko Gari
- 3. kyu: kuristus lattialla, Tori on vatsallaan

Rinnusotteet

- 8. kyu: kahden käden rinnusote > askel Zenkutsu Dachī, Shuto Oroshi
- 8. kyu: yhden käden rinnusote > askel Zenkutsu Dachīin, Soto Uke > Tetsui Uchi > Gyaku Tsuki

Karhunlukot

- 10 kyu: karhunlukko käsien alta edestä > irtautuminen / atemi (painetaan kurkkutorven sivuilta)
- 8. kyu: karhunlukko käsien alta takaa vyötärön korkeudelta > Hiza Kansetsu
- 7. kyu: karhunlukko käsien alta takaa rintakehän korkeudelta > rystysprässi > Ushiro Empi Uchi > Shuto Gedan Uchi
- 6 .kyu: karhunlukko käsien päältä edestä > askel taakse Zenkutsu Dachi, Atemi nivusiin > Hiza Geri
- 6 .kyu: karhunlukko käsien päältä takaa > rystysprässi > Ushiro Empi Uchi, tartunta toisesta ranteesta > askel Uken sivulle Zenkutsu Dachiin, Nukite > Shuto Oroshi
- 6 .kyu: karhunlukko käsien päältä sivulta > askel sivulle Kiba Dachi > Shuto Gedan Uchi
- 5 kyu: karhunlukko sivulta torin ulompi käsi vapaana >

Lyönnit ja potkut

- 8. kyu: Yoko Geri > Tetsui Oroshi Uke > vastaisku
- 8. kyu: koukku sivulta > Shuto Mawashi Uke > Shuto Mawashi Uchi
- 7. kyu: Kin Geri / Mae Geri > Gedanbarai > Gyaku Tsuki Jodan/Chudan > Mae Geri
- 6 .kyu: lyönti ylhäältä kohti päälakea > Yodan Uke > Gyaku Tsuki
- 6 .kyu: yllätys lyönti lähietäisyydeltä > askel taakse > Mawashi Empi Uke (Saifa) > Uraken Uchi
- 6 .kyu: alakoukku vatsaan > etäisyys > vastahyökkäys

Muut tartunnat

- 8. kyu: peilikuvakäsi olkapäällä edestä > Shuto Hizo Uchi > Empi Oroshi Uchi
- 8. kyu: käsi kiinni hihasta olkavarren korkeudelta (peilikuva ja ristikkäinen) > Yoko Shuto Uchi > Gyaku Tsuki > Gedanbarai Uchi
- 7. kyu: ristikkäinen käsi olkapäällä edestä > askel Kokutsudachi, Uchi Uke > Mae Geri
- 7. kyu: kättelystä irtautuminen > Atemi vapaan käden etusormella Uken tarttuneen käden peukalonhankaan
- 6 .kyu: käsi olkapäällä takaa > Kuzushi, Shuto Mawashi Uke > Nukite
- 6 .kyu: yhden käden rinnusote ja lyönti > Uchi Uke > Soto Uke > Gedan Barai > Gyaku Tsuki Gedan
- 6 .kyu: kaksi Ukea kiinni molemmista ranteista > Konsho bunkai
- 5 kyu: Uke yrittää tarttua rinnoista > Yubiwaza (sormilukot)
- 5 kyu: Uke tönäisee takaa, jolloin Tori menettää tasapainon > askel Zenkutsu Dachiin > Ushiro Geri > sopivat iskut
- 5 kyu: Uke tönäisee edestäpäin, jolloin Tori menettää tasapainon > askel Gyaku Zenkutsu Dachiin > tarvittaessa torjunta ja sopivat vastaiskut
- 4. kyu: puolustautuminen tuoilta Uken lähestyessä >
- 4. kyu: poliisi ote (Uke pitää molemmista käsivarsista kiinni takaa) > Kakato Fumi Komi Geri, Kuzushi > toisen käsivarren irtautuminen > käänös ympäri, Sanchin Dachi > Shuto Mawashi Mae Uke > Shuto Oroshi
- 4. kyu: irtautuminen Hiji Kansetsusta > tiputtautuminen maahan > Yoko Geri > Uken kaato Hasami Gaeshia (saksikaato) soveltamalla
- 4. kyu: koko-Nelson > niskan tukeminen > Atemi > otteen löysentäminen > Kuzushi > Uken kaato soveltaen Gedanbaraita ja Zenkutsu Dachia

- 4. kyu: puoli-Nelson > Bassai bunkai
- 4. kyu: tartunta hiuksista edestä > Uken otteen lukitseminen Torin päätä vasten > Yubi Waza > Tachi Waza
- 4. kyu: käsivarsi käännetty selän taakse > ponnistus ylöpäin ja otteesta vapautuminen > vastahyökkäys
- 4. kyu: irtautuminen käsipäivää otteesta > irtautuminen > hallintaote
- 4. kyu: Uke tarttuu maassa makaavan Torin rinnuksista ja yrittää nostaa > Uken jalkojen päälle pyörähtäminen > kaato > Atemi
- 4. kyu: kaksi Ukea hyökkää, toinen pitää käsivarsista kiinni takaa ja toinen hyökkää edestä potkaisemalla tai lyömällä > edestä hyökkäävän Uken eliminointi potkutekniikalla > normaali puolustautuminen poliisiotetta vastaan (ks. yllä)
- 3. kyu: tartunta hiuksista takaa > Tate Kote Hineri
- 3. kyu: Yubi Waza
- 3. kyu: lähestyvän kättelyn muuttaminen lukkotekniikaksi

3. kyu: suoriuduttava hyvin kymmenestä peräkkäisestä hyökkäyksestä

Taiho Jutsu:

- 3. kyu: Uken siittäminen pois tuoilta ja hallinta
- 3. kyu: Mae Yon Noji
- 3. kyu: Ushiro Kote Gime

Aseitsepuolustus:

Keppi

- 4. kyu: lyönti ylhäältä alaspäin > Juji Uke – Taisabaki > Waki Ude Jime > Atemi > kepin riisto
- 4. kyu: lyönti sivulta > Shuto Uke > Atemi > kepin riisto > kepin hyväksi käyttö vastahyökkäyksessä
- 3. kyu: suora pisto kepillä >
- 3. kyu: pyörivä keppi >

Veitsi

- 8. kyu: veitsen kärki kurkulla > Taisabaki > Ko Gaeshi Nage
- 7. kyu: veitsen terä kurkulla takaa > varmistus > Yoko Gari > veitsen riisto
- 6. kyu: veitsen terä painettu kaulalle edestä > veitsen varmistus > Ko Gaeshi Nage > veitsen riisto
- 6. kyu: lyönti ylhäältä kohti päälakea > Yodan Juji Shuto Uke, Taisabaki > Waki Ude Jime > veitsen riisto
- 6. kyu: lyönti alhaalta kohti vatsaa > askel taakse, Kokutsu Dachii > Gedan Juji Shuto Uke > Kote Gaeshi / Ko Gaeshi Nage > veitsen riisto
- 5 kyu: viilto sivulta > väistö taakse > kuristus ja hallinta Uken veitsikäden alta > alasvienti > veitsen riisto
- 5 kyu: suora pisto kohti vatsaa > Taisabaki > Shuto Gedanbarai, Shuto Oroshi Uchi (Renraku waza) > Ko Gaeshi Nage > veitsen riisto

- 4. kyu: viilto sivulta kämmen selän puolelta > Taisabaki > Tate Shuto Uke > Atemi > Ko Gaeshi Nage tai Empi Oroshin soveltamine alasvientiin
- 4. kyu: veitsi uhkaa kohti yläkehoa pienen etäisyyden päästä > tartunta veitsikäteen > hallinta > Atemi > veitsen riisto
- 3. kyu: veitsi uhkaa kohti kaulaa yhdessä rinnusotteen tms. yhteydessä >
- 3. kyu: alkeistason ymmärrys veitsen hyväksikäytöstä, sen jälkeen kun se on saatu riistettyä Ukelta

Käsiase

- 8. kyu: osoittaa edestäpäin rintakehän korkeudella > perusirtautuminen > Atemi > etäisyys
- 7. kyu: osoittaa edestäpäin rintakehän korkeudella > Konni bunkai
- 6 .kyu: osoittaa takaa ylös tai alas > Taisabaki > Gedanbarai, Shuto Mae Uke > asekauden varmistus > Atemit > asean riisto
- 6 .kyu: painettu vatsaa vasten edestä > Taisabaki > asekauden varmistus > asean riisto > Atemit
- 5 kyu: osoittaa sivulta ohimoon > Taisabaki > Shuto Mawashi Uke > asekauden varmistus > Atemit > asean riisto
- 5 kyu: osoittaa sivulta kylkeen > Taisabaki > Gedanbarai > asekauden varmistus > Atemit > asean riisto
- 3. kyu: -

Kobudo:

- 4. kyu: Alkeistason tietämys kuinka Bo, Sai, Tonfa ja Jo liittyvät Kokondo-järjestelmään ja miksi muita Kobudo-aseita ei käytetä
- 3. kyu: Alkeistason Bo-tekniikoiden soveltaminen muita Kobudo-aseita vastaan vyökokeen ohjaajan ilmoituksen mukaisesti, sisältäen hyvän ymmärryksen ma-aista.

Yleistieto:

- 10. kyu: Dojo etiketti: harjoituksiin liittyvät kumarrukset, arvonimet
- 8. kyu: IKA organisaation yleinen tausta, oman dojon Senseiden nimet ja vyöarvot
- 7. kyu: IKA organisaation päähenkilöt
- 6 .kyu: Bushidon seitsemän sääntöä
- 5 kyu: Perus-terminologia, joka liittyy vihreän vyön ja edellisten vöiden vaatimuksiin, sekä yleinen dojo-terminologia.
- 5 kyu: Pystyttävä selittämään Kuzushin merkitys yleisellä tasolla, erilaisten alasvientien ja irtautumisten osalta
- 4. kyu: Kyky käyttää hyväksi ja selittää Jushin-käsite potku- ja lyöntitekniikoissa.
- 4. kyu: Pystyttävä selittämään Tilanteen Mukainen Vastatekniikka – käsitteen käytännön soveltaminen itsepuolustustilanteissa.
- 3. kyu: Tiedettävä yleisellä tasolla mitkä lajit ovat vaikuttaneet Kokondon kehitykseen.
- 3. kyu: Kokondon erityispiirteet suhteessa muihin taistelulajeihin
- 3. kyu: Kokondo karaten eroavuudet suhteessa kilpailuihin tähtäävän karaten välillä.

Tarkennukset:

Kaikkien teknikoiden ja puolustusten osalta pystyttävä esittämään merkittävää kehitystä ja todenmukaisuutta aikaisempiin vyöarvoihin verrattuna. Tämän pitää tulla erityisesti esille itsepuolustustilanteissa, joissa Uke hyökkää vapaasti.

Kimen pitää olla täsmällistä kaikkien eri harjoitusmuotojen kohdalla.

Vyökokeeseen osallistuttavan on esitettävä, vakaata asennetta muita harjoittelijoita- opettajia- ja organisaatiota kohtaan.