

Bruine Band (1e Kyu)

Basistechniek:

| | |
|--------------------|-------|
| Opwaartse slagen | 1 - 8 |
| Neerwaartse slagen | 1 - 8 |
| Zijwaartse slagen | 1 - 8 |
| Voorwaartse slagen | 1 - 4 |
| Variatie slagen | 1 - 6 |
| Verleng slagen | 1 - 6 |

Basis combinaties:

Basiscombinatie 1 - 5

Kata:

Schakelkata compleet

Wedstrijd Kata

Kata Blok

Kata Thé

Eigen Kata minimaal 15 technieken, 3 richtingen, eigen creatie geen kopie

Grippen:

60 x in 30 seconden

Fragmenten:

Fragment 1 - 25

Freestyle:

2 minuten Freestyle op muziek met enkele en dubbele nunchaku

Percentage slagen:

In 100 seconden 100 x gevraagde techniek foutloos uitvoeren

(2 x verschillende slagen)

Foutmarge = 5 %

Blok:

Blok 1 - 10 in beweging uitvoeren zowel rechts als links

Jutsu:

1° serie Nunchaku Jutsu