

4 Dan

Ukemi Waza (scoala caderii pe suprafata dura)

zempo (caderi)

chugaeri (rostogoliri)

Inlantuiri de 10 procedee tehnice

Degajari din prize, strangulari si incenturari si 4 contraprocedee la 4 procedee initiale de atacator

Pozitiile de garda Katana

Seigan-no Kamae

Gedan-no Kamae

Jyodan-no Kamae

Dai Jyodan-no Kamae

Hatson-no Kamae migi/hidari

Kuruma-no Kamae migi/hidari

Tori-no Kamae

To Dome-no Kamae

Sui shin-no Kamae

Waki-no Kamae

Yaku-no Kamae

Seoi-no Kamae

4 tehnici de bokuto la atacul unui adversar inarmat cu bokuto

3 Kata de Katana

Suemonogiri in doua directii

Tanto-Ukete (Apararea impotriva atacului de cutit)

raspuns la 4 atacuri de cutit din directii diferite - dezarmare, imobilizare, transport fortat

<p>Atac cu hanbo (baston 60 cm) raspuns la 4 atacuri de hanbo din directii diferite dezarmare, imobilizare, transport fortat raspuns la atacuri de tanto si hanbo fiind inarmat cu hambo</p>
<p>Tonfa Aparare, atac, imobilizare, transport fortat impotriva unui adversar inarmat</p>
<p>Kata de respiratie</p>
<p>2 Kata tehnic de Ju Jitsu (1 Kata de Ju Jitsu si 1 Kata de Bo sau Jo)</p>
<p>10 meciuri a cate 2 minute fara manusi si casca</p>
<p>Kensa-Undo (Test fizic) 50 abdomene 50 flotari 50 genoflexiuni cu mae geri</p>
<p>Tamashiwari 4 spageri din 4 directii diferite (scanduri 30/30 cm X 2,5 cm lemn de brad)</p>
<p>Facultativ (scris de mână) Eseu despre o scoala traditionala de Ju Jitsu si istoricul real al ju jitsu-lui</p>

Minim 3 ani de la examenul de 3 Dan

Pentru examen 4 Dan cel putin instructor 1 de Ju Jitsu (incepand din 2014)

Obligativu prezentarea Budo Pass-ului cu gradatia.