

טכניקות לבחינות קיו

קיו 6

אֵי הַנְּמִי קִטְטָה דּוֹרֵי אֵיקוּ
אֵי הַנְּמִי קִטְטָה דּוֹרֵי סְנְקוּ
אֵי הַנְּמִי קִטְטָה דּוֹרֵי אֵירִימִי נְאָגָה
אֵי הַנְּמִי קִטְטָה דּוֹרֵי קוּטָה גְּאָשִׁי
אֵי הַנְּמִי קִטְטָה דּוֹרֵי שִׁיהוּ נְאָגָה
אֵי הַנְּמִי קִטְטָה דּוֹרֵי אוּצֵ'י קֵאִיטֵן נְאָגָה
(לפחות 40 אימונים מאז בחינת קיו 6)

קיו 5

התרגילים של קיו 6
סוּנְאָרִי וְנְאָזָה קִטְטָה דּוֹרֵי אֵיקוּ
סוּנְאָרִי וְנְאָזָה שׁוּמֵן אוּצֵ'י אֵיקוּ
קִטְטָה דּוֹרֵי אֵיקוּ
קִטְטָה דּוֹרֵי שִׁיהוּ נְאָגָה
קִטְטָה דּוֹרֵי טְנַצֵ'י נְאָגָה
קִטְטָה דּוֹרֵי אוּדְקִימִי נְאָגָה
קִטְטָה דּוֹרֵי קוּקִיו נְאָגָה
צ'וּדֵן צוּקִי אֵירִימִי נְאָגָה
צ'וּדֵן צוּקִי קוּטָה גְּאָשִׁי
שׁוּמֵן אוּצֵ'י אֵיקוּ
שׁוּמֵן אוּצֵ'י נִיקוּ
שׁוּמֵן אוּצֵ'י קוּטָה גְּאָשִׁי
(לפחות 60 אימונים מאז בחינת קיו 5)

קיו 4

התרגילים של קיו 5
סוּנְאָרִי וְנְאָזָה קִטְטָה דּוֹרֵי נִיקוּ
סוּנְאָרִי וְנְאָזָה רִיוֹטָה דּוֹרֵי קוּקִיו הוּ
סוּנְאָרִי וְנְאָזָה שׁוּמֵן אוּצֵ'י נִיקוּ
קִטְטָה דּוֹרֵי נִיקוּ
מורוּטָה דּוֹרֵי קוּטָה גְּאָשִׁי
רִיוֹטָה דּוֹרֵי אֵיקוּ
רִיוֹטָה דּוֹרֵי קוּטָה גְּאָשִׁי
רִיוֹטָה דּוֹרֵי טְנַצֵ'י נְאָגָה
רִיוֹטָה דּוֹרֵי אוּדְקִימִי נְאָגָה
צ'וּדֵן צוּקִי אוּדְקִימִי נְאָגָה
צ'וּדֵן צוּקִי אוּדְהִישִׁיגִי
ג'וּדֵן צוּקִי אֵיקוּ
שׁוּמֵן אוּצֵ'י סְנְקוּ
שׁוּמֵן אוּצֵ'י אוּצֵ'י-קֵאִיטֵן נִיקוּ
יִקוּמֵן אוּצֵ'י אֵירִימִי נְאָגָה
יִקוּמֵן אוּצֵ'י קוּטָה גְּאָשִׁי
יִקוּמֵן אוּצֵ'י טְנַצֵ'י נְאָגָה
יִקוּמֵן אוּצֵ'י אוּדְקִימִי נְאָגָה

קיו 3 (לפחות 80 אימונים מאז בחינת קיו 4)

התרגילים של קיו 4
סונארי ונאזה קטה דורי סנקיו
סונארי ונאזה שומן אוצי סנקיו
סונארי ונאזה שומן אוצי אירימי נאגה
סונארי ונאזה שומן אוצי קוטה גאשי
קטטה דורי סנקיו
קטטה דורי יונקיו
קטטה דורי אוצי-קאיטן ניקיו
מורוטה דורי איקיו
מורוטה דורי ניקיו
מורוטה דורי אירימי נאגה
ריוטה דורי אירימי נאגה
ריוטה דורי קוטה גאשי
ריוטה דורי קוקיו נאגה
צ'ודן צוקי סוטו קאיטן נאגה
צ'ודן צוקי אוצי קאיטן נאגה
ג'ודן צוקי קוטה גאשי
ג'ודן צוקי שיהו נאגה
שומן אוצי יונקיו
שומן אוצי גוקיו
יוקומן אוצי איקיו
יוקומן אוצי אוצי-קאיטן נאגה
אושירו ריוטה קובי דורי איקיו
אושירו ריוטה קובי דורי אירימי נאגה
אושירו ריוטה קובי דורי קוטה גאשי
אושירו ריוטה קובי דורי שיהו נאגה
אושירו ריוטה קובי דורי אנדהישיגי

התרגילים של קיו 3

סונארי ונאזה ריוקטה דורי איקיו

סונארי ונאזה ג'ודן צוקי איקיו

סונארי ונאזה ג'ודן צוקי קוטה גאשי

סונארי ונאזה שומן אוצי' יונקיו

סונארי ונאזה שומן אוצי' סוטו קאיטן ניקיו

מונה דורי איקיו

מונה דורי שיהו נאגה

מונה דורי אוצי' קאיטן סנקיו

קטה דורי מן אוצי' איקיו

קטה דורי מן אוצי' אירימי נאגה

קטה דורי מן אוצי' קוטה גאשי

קטה דורי מן אוצי' שיהו נאגה

קטה דורי מן אוצי' קושי נאגה

ג'ודן צוקי ניקיו

ג'ודן צוקי סנקיו

שומן אוצי' ג'ייוגי

יוקומן אוצי' ניקיו

יוקומן אוצי' סנקיו

יוקומן אוצי' יונקיו

יוקומן אוצי' גוקיו

יוקומן אוצי' קושי נאגה

מאזה גרי אירימי נאגה

אושירו ריו היג'י דורי אירימי נאגה

אושירו ריו היג'י דורי קוטה גאשי

אושירו ריו קטה דורי איקיו

אושירו ריו קטה דורי ניקיו

אושירו ריו קטה דורי סנקיו

אושירו ריו קטה דורי אירימי נאגה

אושירו ריו קטה דורי קוטה גאשי

אושירו קטטה דורי קובישימה איקיו

אושירו ארי דורי איקיו

קיו 1 (לפחות 120 אימונים מאז בחינת קיו 2)

התרגילים של קיו 2

סונארי וואָזע ריו קטע דורִי סָנְקִיו
סונארי וואָזע ריו קטע דורִי יוֹנְקִיו
סונארי וואָזע קטע דורִי מֶן אוצ'י אַיִרִימִי נָאָגָה
סונארי וואָזע קטע דורִי מֶן אוצ'י קוֹטֶה גָאָשִׁי
סונארי וואָזע קטע דורִי מֶן אוצ'י קוֹקִיו נָאָגָה
סונארי וואָזע שוּמֶן אוצ'י ג'יִוִּגִי
הַנְּמִי הַנְּדָאָצ'י וואָזע קטֶטֶה דורִי אַיִקִיו
הַנְּמִי הַנְּדָאָצ'י וואָזע קטֶטֶה דורִי שִׁיהוֹ נָאָגָה
הַנְּמִי הַנְּדָאָצ'י וואָזע קטֶטֶה דורִי אוצ'י קַאִיטֶן נָאָגָה
הַנְּמִי הַנְּדָאָצ'י וואָזע רִיוֹטֶה דורִי שִׁיהוֹ נָאָגָה
מוֹנֶה דורִי שוּמֶן אוצ'י אַיִקִיו
מוֹנֶה דורִי שוּמֶן אוצ'י נִיִּקִיו
מוֹנֶה דורִי שוּמֶן אוצ'י סָנְקִיו
מוֹנֶה דורִי שוּמֶן אוצ'י קוֹשִׁי נָאָגָה
צ'וֹדֶן צוֹקִי ג'יִוִּגִי
ג'וֹדֶן צוֹקִי יוֹנְקִיו
ג'וֹדֶן צוֹקִי אַיִרִימִי נָאָגָה
ג'וֹדֶן צוֹקִי סוֹטוֹ קַאִיטֶן נָאָגָה
ג'וֹדֶן צוֹקִי אוֹשִׁירוֹ קִירִיאוֹטוֹשִׁי
ג'וֹדֶן צוֹקִי קוֹשִׁי נָאָגָה
יוֹקוּמֶן אוצ'י ג'יִוִּגִי
מָאָה גְרִי ג'יִוִּגִי
אוֹשִׁירוֹ רִיוֹטֶה קוֹבִי דורִי יוֹנְקִיו
אוֹשִׁירוֹ רִיוֹטֶה קוֹבִי דורִי קוֹשִׁי נָאָגָה
אוֹשִׁירוֹ רִיוֹטֶה קוֹבִי דורִי קוֹקִיו נָאָגָה
אוֹשִׁירוֹ קטֶטֶה דורִי קוֹבִישִׁימָה נִיִּקִיו
אוֹשִׁירוֹ קטֶטֶה דורִי קוֹבִישִׁימָה סָנְקִיו
אוֹשִׁירוֹ אָרִי דורִי נִיִּקִיו
אוֹשִׁירוֹ אָרִי דורִי סָנְקִיו
אוֹשִׁירוֹ אָרִי דורִי אַיִרִימִי נָאָגָה

באופן עקרוני כל טכניקה צריכה להיות מבוצעת בצורות אומוטה ואורה