

Zwarte gordel tweede Dan

1. Polsaanval zelfde kant: schouderklem met rugworp
 2. Polsaanval zelfde kant: schouderklem met rugworp en immobilisatie
 3. Polsaanval zelfde kant: combinatie tweede en derde principe volledig
 4. Polsaanval gekruist: combinatie irimi-nage binnenkant arm en o-soto-gari
 5. Polsaanval gekruist: kote-gaeshi met immobilisatie en rugzit
 6. Polsaanval gekruist: rugworp
 7. Polsaanval gekruist: wurging
 8. Aanval op beide polsen: heupworp
 9. Aanval op beide polsen: elleboogstoot - irimi-nage buitenkant arm
 10. Aanval met twee handen op een pols: elleboogstoot - irimi-nage buitenkant arm
 11. Poging tot vastgrijpen van de kleren rechts: elleboogstoot - irimi-nage buitenkant arm
 12. Poging tot vastgrijpen van de kleren links: elleboogstoot - irimi-nage buitenkant arm
 13. Uppercut: links blokkeren - combinatie kote-gaeshi met tweede en derde principe volledig
 14. Uppercut: rechts blokkeren - combinatie kote-gaeshi met tweede en derde principe volledig
 15. Vuiststoot naar aangezicht rechts: atemi keel
 16. Vuiststoot naar aangezicht links: atemi keel
 17. Vuiststoot naar de maag rechts : atemi keel
 18. Vuiststoot naar de maag links : atemi keel
 19. Yoko-atemi buitenkant: snijdende afweer - atemi op strottenhoofd – wurging
 20. Yoko-atemi binnenkant: afweer - atemi op strottenhoofd – wurging
 21. Yoko-atemi buitenkant: snijdende afweer - twee atemi's op strottenhoofd
 22. Yoko-atemi binnenkant: afweer - twee atemi's op strottenhoofd
 23. Yoko-atemi buitenkant: snijdende afweer en shiho-nage
 24. Yoko-atemi binnenkant: gemiste shiho-nage
-

25. Yoko-ate mi buitenkant: snijdende afweer - schouderworp door middel van armklem - atemi geknield
 26. Yoko-ate mi binnenkant: derde principe volledig met opleiding
 27. Swing: schouderworp
 28. Hoofdstoot: heupworp
 29. Hoofdstoot: heupworp met immobilisatie
 30. Pistool voorkant hoofd: derde principe volledig - atemi - optorsen.
 31. Pistool maag: elleboogklem
 32. Nakende bedreiging met pistool – wapen op de heup: derde principe halfweg
 33. Nakende bedreiging met pistool – wapen op de buik: kote-gaeshi
 34. Messteek van boven naar onder: snijdende afweer met kote-gaeshi
 35. Messteek van boven naar onder langs zijkant: kote-gaeshi
 36. Messteek rechtdoor: derde principe halfweg – rechtstaand ontwapenen
 37. Messteek rechtdoor: gemiste shiho-nage
 38. Messteek zijwaarts onderarms: eerste en tweede principe
 39. Mesaanval met snijbewegingen: derde principe halfweg – rechtstaand ontwapenen
 40. Matrakslag van boven naar onder – wapen in rechterhand: afweer op voorarm en schouder - heupworp
 41. Matrakslag van boven naar onder – wapen in linkerhand: heupworp met immobilisatie
 42. Wurging voor: bevrijding met atemi
 43. Wurging achter: bevrijding met atemi
 44. Wurggreep achter : schouderworp – atemi
-