

## 4 kyu

### Graderingsämnen

- Suburiövningar: Men, Kote, Do, Tsuki eller Kihon Kata
- Uchi komi utan rustning: Men, Kote, Do, Kote-men, Kote-do
- Kiri kaeshi: gående tempo

### Bedömningsgrunder

- Reigi (etikett) - hur man hälsar på och av
- Fumikomi - attacksteg
- Kiai
- Kroppshållning
- Vänster hand - att man hugger med vänster hand
- Nigiri kata - greppet, hur man håller i shinaien

### Att tänka på

Observera att den som graderar till 4 kyu skall kunna allt som ingår till 5 kyu, men kunna/kunna utföra de olika momenten med större mognad, förståelse och teknisk färdighet.

Tänk också på, precis som för 5 kyu, att graderingsämnena enligt ovan är obligatoriska, men det är valfritt för graderingsjuryn att addera till denna lista. Till exempel är det inte ovanligt med examination av fotarbete, ashi-sabaki, och en teori-del.