**4 кю**

80 дней эффективной практики после 5 кю

**ТАЧИ ВАЗА**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| КАТАТЭ ДОРИ | КОКЮ НАГЕ (4 ВАРИАНТА) |
| СОТО КАЙТЭН НАГЕ |
|  |  |
| КАТА ДОРИ | НИКЁ (ОМОТЭ, УРА) |
|  |  |
| ШОМЭН УЧИ | ИККЁ (ОМОТЭ, УРА) |
| НИКЁ (ОМОТЭ, УРА) |
| ИРИМИ НАГЕ |
|  |  |
| ЁКОМЭН УЧИ | ШИХО НАГЕ (ОМОТЭ, УРА) |
|  |  |
| ЦКИ | ИРИМИ НАГЕ |
|  |  |
| УШИРО РЁТЭКУБИ ДОРИ | САНКЁ (ОМОТЭ, УРА) |
|  |  |
| УШИРО РЁКАТА ДОРИ | КОТЭ ГАЭШИ |

**СУВАРИ ВАЗА**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| ШОМЭН УЧИ | ИККЁ (ОМОТЭ, УРА) |
|  |  |
| КАТА ДОРИ | НИКЁ (ОМОТЭ, УРА) |
| САНКЁ (ОМОТЭ, УРА) |
|  |  |
| РЁТЭ ДОРИ | КОКЮ ХО |