

3 Kyu: Roheline vöö.
Eksami sooritaja peab saama või
on juba 12 aastane

Spordiklubi Ookami vöömatedjal

Kordamine	Eksamineeria valib ise 8-2 kyu vahel mida eksami sooritaja peab tegema				
Kukkumistehnika	Judorull hüppega (vasak-parem)				
Heitetehnika (7 Harjtustust)	Koshi-guruma (vasak-parem)	Ushiro-goshi (vasak-parem)	Hane-goshi	Sumi-gaeshi	Tani-otoshi
Maastehnika (2 Harjtustust)	Ashi-gatame	Ashi-garami			
Püsti ülesanne (10 Harjtustust)	<ul style="list-style-type: none"> • Heida 5 heidet realsee liikumise pealt. • Uke kaitseb ennast ja sina pead suutma 2 erinevat jätku rünnakut sooritma. • Kolme erineva tehnikat millega viiksid Uke maha 				
Maas ülesanne (3 Harjtustust)	<ul style="list-style-type: none"> • Kui Ukel on ebaõnnestunud rünnak siis sina lõpedad slle maas. • Otsese üleminekuna (nt Hikkomi-gaeshi) • Jätkata oma ebaõnnestunud või osaliselt edukat rünnakut 				
Randori (5 Randori a` 2min)	<ul style="list-style-type: none"> • Pead randuri käigus suutma minna erinevatesse kombineeritult hedetesse, samuti blokeerida vastase rünnakut ja teha kontrarünnak. • Viies vastase maha oled suuteline jätkama koheselt maastehnikat. 				
Kata	<ul style="list-style-type: none"> • Nage-no-kata grupp Koshi-waza tehnika 				