

四級

4^e kyū

座技法 SUWARI WAZA

Shōmen uchi	Ikkyō	
	Nikyō	<i>omote et ura</i>
Kata dori	Ikkyō	
	Nikyō	<i>ura</i>
Ryōte dori	Kokyū hō	

站立技法 TACHI WAZA

Shōmen uchi	Sankyō	<i>omote et ura</i>
	Gokyō	<i>ura</i>
	Uchikaitensankyō	<i>maîtrise de l'attaque</i>
Katate dori	Ikkyō	
	Nikyō	
	Shihōnage	<i>omote et ura</i>
Chūdan tsuki	Kotegaeshi	
	Udekimenage	
	Hiji kime osae	
Yokomen uchi	Iriminage	
	Kotegaeshi	
	Shihōnage	
	Udekimenage	
Ryōte dori	Ikkyō	
	Shihōnage	
	Udekimenage	
Katate Ryōte dori	Kokyūnage	