

Идо Гейко 10-3 кю

10 КЮ	9 КЮ	8 КЮ	7 КЮ	6 КЮ	5 КЮ	4 КЮ	3 КЮ
<p>1. Дзенкуцу-Дати Перемещения на 3 шага Ой-цуки Маватэ Ой-гедан-барай</p>	<p>1. Дзенкуцу-Дати Перемещения на 3 шага Моротэ-цуки Маватэ Ой-гедан-барай</p>	<p>1. Дзенкуцу-Дати 1. Ой Дзёдан Укэ 2. Ой Сото Укэ 3. Ой Учи Укэ РАЗВОРОТ Ой Гедан-барай</p>	<p>1. Дзенкуцу-Дати Перемещение 1. Ой Дзёдан Укэ + Гяку Цуки; 2. Ой Сото Укэ + Гяку Цуки; 3. Ой Учи Укэ + Гяку Цуки РАЗВОРОТ Ой Гедан барай + Гяку Цуки</p>	<p>1. Дзенкуцу-Дати Перемещение вперед и назад (Сагари): Дзёдан Дзюдзи Укэ + Морото Чудан Цуки</p>	<p>1. Дзенкуцу-Дати Перемещение вперед: Ой Дзёдан Укэ + Ой Сото Укэ + Ой Учи Укэ + Ой Гедан Барай</p>	<p>1. Дзенкуцу-Дати Перемещение вперед Кайтэн: Ой Дзёдан Укэ + Гяку Сото Укэ + Ой Учи Укэ + Гяку Гедан Барай + Ой Цуки</p>	<p>1. Дзенкуцу-Дати Перемещение вперед и назад (Сагари) Кайтэн: Ой Дзёдан Укэ + Ой Гедан Барай + Гяку Сото Укэ + Гяку Учи Укэ + Ой Цуки</p>
<p>2. Дзенкуцу-Дати Перемещения на 3 шага Джодан-укэ РАЗВОРОТ Ой Гедан-барай</p>	<p>2. Дзенкуцу-Дати Перемещения на 3 шага 1. джодан Ой-цуки 2. чудан ой цуки 3. гедан ой цуки РАЗВОРОТ Ой Гедан-барай</p>	<p>2. Дзенкуцу-Дати 1. Хидза-гери+мае-гери 2. Маэ-гери +маваши-гери 3. Мавашаи-гери +хидза-гери РАЗВОРОТ Моротэ Гедан-барай</p>	<p>2. Дзенкуцу-Дати Перемещение вперед и назад (Сагари): 1. Мае-кеаге+ сото-маваши 2. Сото-маваши+ учи-маваши 3. Учи-маваши + мае-кеаге</p>	<p>2. Дзенкуцу-Дати Перемещение вперед и назад (Сагари): 1. Мае-кеаге + мае-гери 2. Учи-маваши + мавашаи-гери 3. Сото-маваши + еко-гери</p>	<p>2. Дзенкуцу-Дати Перемещение 1. Хидзе-гери + Ой Дзёдан Укэ + Гяку Цуки; 2. Мае-гери + Ой Сото Укэ + Гяку Цуки; 3. Мавашаи-гери + Ой Учи Укэ + Гяку Цуки РАЗВОРОТ Ой Гедан барай + Гяку Цуки</p>	<p>2. Дзенкуцу-Дати Перемещение (кайтэн) 1. Хидзе-гери + Ой Дзёдан Укэ+Ой гедан-барай + Гяку Цуки; 2. Мае-гери + Ой Сото Укэ+ Ой гедан-барай + Гяку Цуки; 3. Мавашаи-гери + Ой Учи Укэ+Ой гедан-барай + Гяку Цуки РАЗВОРОТ Ой Гедан барай + Гяку Цуки</p>	<p>2. Дзенкуцу-Дати Перемещение вперед и назад с двойными блоками и ударами ног Кайтэн: 1. Хидза-гери + Джодан-укэ – гедан- барай 2. Маэ-гери + Сото-укэ – гедан-барай 3. Мавашаи-гери + учи-укэ – гедан-барай</p>
<p>3. Дзенкуцу-Дати Перемещения на 3 шага Сото-укэ РАЗВОРОТ Ой Гедан-барай</p>	<p>3. Дзенкуцу-Дати Перемещения 1. Гяку-цуки</p>	<p>3. Кокуцу-Дати Перемещение вперед: Шуто Мавашаи Укэ</p>	<p>3. Кокуцу-Дати Перемещение вперед и назад (Сагари): Ой Маэ Гери + Сюто Маваси Укэ</p>	<p>3. Кокуцу-Дати Перемещение вперед и назад (Сагари): Ой Маэ Гери + Сюто Маваси Укэ + моротэ-цуки</p>	<p>3. Кокуцу-Дати Перемещение вперед и назад (Сагари): Ой Маэ Гери + Сюто Маваси Укэ + Ой Асаэ Укэ + Гяку Нукитэ</p>	<p>3. Кокуцу-Дати Перемещение вперед: Ой Маэ Гери + Сюто Маваси Укэ + Ой Асаэ Укэ + Гяку Нукитэ + Ой Какэ Укэ + Гяку Чудан Цуки</p>	<p>3. Кокуцу-Дати Перемещение вперед и назад (Сагари) Кайтэн: Ой Маэ Гери + Сюто Маваси Укэ + Ой Асаэ Укэ + Гяку Нукитэ + Ой Какэ Укэ + Гяку Чудан Цуки</p>

