3. kyu - hnědý pás

KIHON

1, ZK v: oi-cuki (obrat vždy s gedan-barai)
2, ZK v: oi-cuki / gyaku-cuki
3, ZK z: age-uke / gyaku-cuki
4, ZK v: soto-uke / joko-empi (KI) /tate-uraken-uči(KI) / gyaku-cuki (ZK)
5, KK z: morote-uči-uke / gyaku-cuki (ZK)
6, KK v: šuto-uke / mae-aši-geri / gyaku-cuki (ZK)(obrat gedan-barai)
7, ZK v: mae-geri džodan
8, ZK v: mawashi-geri džodan
9, ZK v: mawashi-geri-rengeri (čudan, džodan s mezikrokem)
10,ZK v: uširo-geri
11,ZK v: joko-geri-kekomi čudan
12,KI s: joko-geri-keage džodan, třikrát na každou stranu

kombinace (z čudan kamae)

1, kizami-cuki / gyaku-cuki (se suriaši), třikrát na každou stranu
2, mae-mawashi-geri (čudan) došlápnout vpřed / mawashi-geri džodan / uraken-uči / gyaku-cuki

KUMITE

Džiu-ippon-kumite

džodan oi-cuki
čudan oi-cuki
čudan mae-geri
čudan joko-geri-kekomi

Všechny útoky jednou na každou stranu.

KATA

Tekki-šodan (Tekki 1)

Chyby, které nejsou tolerovány :

- neplynulé provádění kombinací (špatná vázanost technik)
- přerušení pohybu boků při provádění kombinací
- špatná vzdálenost při kumite
- chybějící nebo chybný rytmus při provádění kata
- chyby z předchozích kyu