

1 KYU

Okres oczekiwania na egzamin nie może być krótszy od 1,5 roku od zaliczenia na 2 kyu

I. TEST SPRAWDZAJĄCY

1. Uginanie ramion w podporze przodem i skłony tułowia z leżenia jak w wymaganiach 3 kyu.
2. Elementy akrobatyki jak w wymaganiach na 2 kyu.

II. TECHNIKI KOMBINACJI UDERZEŃ, DŹWIGNI I RZUTÓW W OBRONIE REALNEJ

Wszystkie techniki mają zakończyć się obezwładnieniem napastnika

1. Obrona przed zagrożeniem pistoletem (broń z przyłożenia):
 - z przodu;
 - z boków;
 - z tyłu;
2. Obrona przed napastnikiem uzbrojonym w sznur:
 - przed duszeniem sznurem z tyłu;
 - przed duszeniem sznurem stojąc z przodu;
 - przed założeniem sznura na ramiona;
3. Obrona przed napastnikiem uzbrojonym w długi kij:
 - przed uderzeniem z góry;
 - przed uderzeniem z boków;
 - przed pchnięciem końcem kija w tułów.
4. Obrona przed dwoma napastnikami nieuzbrojonymi:
 - trzymanie z tyłu za ręce/ uderzenie pięścią;
 - obchwyty tułowia na ramionach/ uderzenie pięścią;
 - trzymanie z tyłu za ręce/ kopnięcie z przodu;
 - obchwyty z tyłu na ramionach/kopnięcie z przodu
 - duszenie z tyłu/kopnięcie z przodu.
5. Obrona przed dwoma napastnikami uzbrojonymi w niebezpieczne przedmioty:
 - nóż/kij
 - nóż/pistolet
 - nóż/kij
 - kij/pistolet.
6. Obrona przed trzema nieuzbrojonymi przeciwnikami przez 2 min.