

Ceinture jaune à Jaune II

Jaune

- Coup de pied de base
 - Circulaire jambe avant
- Technique spéciale
 - Sauté coup de pied avant
- Technique d'attaque
 - Lancer arrière
- Technique de contre-attaque
 - Circulaires jambe arrière
- Combat : attaque vs c-attaque
 - Rôle d'attaque et rôle de contre-attaque

Jaune I

- Coup de pied de base
 - Circulaire jambe arrière
- Technique spéciale
 - Cassage coup de coude
- Technique d'attaque
 - Attaque profonde
- Technique de contre-attaque
 - Circulaires jambe avant
- Combat : attaque vs c-attaque
 - Rôle d'attaque et rôle de contre-attaque

Jaune II

- Technique d'attaque
 - Glissade circulaire jambe avant
- Technique de contre-attaque
 - Corps à corps
- Combats arrangés
 - Attaque côté dos
 - Jambe arrière
 - Attaque côté ventre
 - Jambe avant
- Combat : attaque vs c-attaque
 - Rôle d'attaque et rôle de contre-attaque

Ceinture verte à verte II

Verte

- Coup de pied de base
 - De côté
- Technique spéciale
 - Sauté circulaire
- Technique d'attaque
 - Glissade de côté
- Technique de contre-attaque
 - De côté & coup de poing
- Combat : attaque vs c-attaque
 - Rôle d'attaque et rôle de contre-attaque

Verte I

- Coup de pied de base
 - De côté arrière
- Technique spéciale
 - Cassage : de côté
- Technique d'attaque
 - Back
- Technique de contre-attaque
 - Back
- Combat : attaque vs c-attaque
 - Rôle d'attaque et rôle de contre-attaque

Verte II

- Technique d'attaque
 - Double
- Technique de contre-attaque
 - Lancer arrière
- Combats arrangés
 - Attaque ventre
 - Back
 - Lancer arrière
 - Attaque dos & ventre
 - Double
- Combat : attaque vs c-attaque
 - Rôle d'attaque et rôle de contre-attaque

Ceinture bleu à bleu II

Bleu

- Coup de pied de base
 - Crocheté avant
- Technique spéciale
 - Sauté de côté
- Technique d'attaque
 - Circulaire à la tête
- Technique de contre-attaque
 - Double
- Combat
 - Libre

Bleu I

- Coup de pied de base
 - Crocheté arrière
- Technique spéciale
 - Cassage coup de pied circulaire
- Technique d'attaque
 - Marteau
- Technique de contre-attaque
 - Jambe avant à la tête
- Combat
 - Libre

Bleu II

- Technique d'attaque
 - 2 frappes sur 1 cible
- Technique de contre-attaque
 - Corps à corps : croissant
- Combats arrangés
 - Attaque de côté
 - Dévier l'attaque
 - Déplacement diagonale
- Combat : Libre

Ceinture rouge à rouge I

Rouge

- Coup de pied de base
 - Inverse avant
- Technique spéciale
 - Sauté de côté arrière
- Technique d'attaque
 - 2 frappes sur 2 cibles (sans déposer)
- Technique de contre-attaque
 - Crocheté arrière
- Combat
 - Libre

Rouge I

- Coup de pied de base
 - Inverse arrière
- Technique spéciale
 - Tranchant de main
- Technique d'attaque
 - 2 frappes sur 2 cibles (sans déposer) extra
- Technique de contre-attaque
 - Inverse arrière
- Combat
 - Libre