



## **3<sup>E</sup> DAN**

### **Technieken:**

Technieken marathon,  
Fragmenten marathon.

### **Kata**

Verplicht:

kata Shodan;

kata Nidan;

kata Sandan;

1<sup>e</sup> kata nunchaku jutsu;

Wedstrijd kata en

1<sup>e</sup> dubbele nunchaku kata.

Keuze kata:

kata Blok;

Schakelkata 1 tot en met 5 of

kata Thé.

### **Nunchaku jutsu**

1<sup>e</sup> serie nunchaku jutsu en

2<sup>e</sup> serie nunchaku jutsu.