

Branca para AMARELA		Amarela para LARANJA	Laranja para VERMELHA	Vermelha para AZUL	Azul para VERDE	Verde para ROXA	Roxa para MARRON
Yang (Positivo)		Yin (Negativo)	Hi (Fogo)	Rikushi (Terra)	Airon (Metal)	Mizu (Água)	Mokuzai (Madeira)
SOCO	- JODAN ZUKI - THUDAN ZUKI - GUEDAN ZUKI - URA ZUKI - URAKEN - TETSUI	- NUKITE - MAWASHI SHUTO - HAITO - EMPI - GYAKU ZUKI	- TENSHO - HIRAKEN - TATI ZUKI - MAWASHI ZUKI	- MOROTE ZUKI - SAN BOM ZUKI - HIRABASSAMI	- NIHON NUKITE - YOKO ZUKI - YAMA ZUKI		
DEFESA	- JODAN AGE UKE - THUDAN YOKO UCHI - THUDAN YOKI UKE - GUEDAN BARAI	- JODAN HIZA UKE - SHUTO UKE - GUEDAN SHUTO UKE	- GUEDAN TENSHO UKE - THUDAN SASSARI UKE	- MOROTE UKE - TCHUDAN HAITO UKE - JUJI UKE - MIKA ZUKI GUERI	- KALKUTO - MAWASHI UKE - KAKE UKE		
CHUTE	- MAE GUERI - YOKO GUERI - MAWASHI GUERI	- TIMO MAWASHI GUERI - TENSHO MAWASHI GUERI - URA MAWASHI GUERI	- HIZA GUERI - GUEDAN GUERI - USHIRO KAKATO GUERI - USHIRO GUERI - KENSETU GUERI	- FUMIKOMI - KIN GUERI - KENIAGE	- NIDA GUERI - MAE TOBI GUERI - YOKO TOBI GUERI		
DESEQUILIBRANTE	- KOSHI GURUMA - O GOSHI - O SOTO GARI - O SOTO GURUMA - KO UCHI GARI - O UCHI GARI - TOBI TATE SHINO GATAME	- DE ASHI BARAI - HARAI GOSHI - YAMA ARASHI - YOKO OTOSHI - YOKO GAKE - MOROTE GARI - TATE HISHIGUI	- SEOI OTOSHI - SEOI NAGUE - IPON SEOI NAGUE - TAI OTOSHI - TANI OTOSHI - UCHI MATA - KATA GURUMA	- KOSHI NAGUE - SODE TSURI KOMI GOSHI - OBI HARAI GOSHI - KO-UCHI GAKE MAKIKOME - KUSHIKI TAOSHI	- UCHI MAKIKOMI - SOTO MAKIKOME - HANE GOSHI - HARAI MAKIKOMI - TOMOE NAGUE - KAMI HASSAMI - TAWARA GAESHI	- TOBI JUJI GATAME - TOBI SANKAKU JIME - YOKO TOMOE JUJI GATAME - SUMI GAESHI - SASSAE TSURIKOMI KOMI ASHI - TE GURUMA - KUZURE KATA GURUMA	- SEOI NAGUE SHIZAMAZUKI - ERI SEOI NAGUE - SEOI UCHI MATA - SEOI HANE GOSHI - YOKO WAKARE - SODE GURUMA - NIDAN GAKE - OBI OTOSHI - HIZA GURUMA - USHIRO URA NAGUE
IMOBILIZAÇÃO	- HON KESA GATAME - TATE SHINO GATAME	- YOKO SHINO GATAME - KAMI SHIHO GATAME	- USHIRO KESA GATAME - SHIMO SHINO GATAME			- NIHON UDE GATAME - USHIRO KUBI GATAME	- UDE NIGUIRI - USHIRO UDE GARAMI - USHIRO SANKAKU JIME - USHIRO DOO GATAME
CHAVE	- JUJI GATAME - UDE GARAMI	- KUBI GATAME - ASHI HISHIGUI	- UDE GATAME - SANKAKU GATAME	- MAKURA KESA GATAME - KATA GATAME - ASHI GARAME	- NIHON KATA GATAME - SANKAKU ASHI HISHIGUI - KAKATO HISHIGUI	- HASSAME HISHIGUI	- TATTE ERI JIME - TATTE SANKAKU ASHI HISHIGUI
ESTRANGUAMENTO	- NAMI JUJI JIME - GYAKU JUJI JIME - KATA JUJI JIME - HADAKA JIME	- OKURI ERI JIME - KATA HA JIME	- SANKAKU JIME - NIGURI JIME	- SODE GURUMA JIME - JIGOKU JIME	- ASHI JIME - TSUKOMI JIME	- HIRAKEN JIME - HIZA JIME - ATAMA JIME	- HAIKOKU JIME - NIDAN SODE JIME - SHUTO JIME - HIJI JIME - KATA KIME