

5.kyu



Techniky	HIZA GURUMA	SASAE CURIKOMI ASHI	DE ASHI HARAI	MOROTE SEOI NAGE	O SOTO OTOSHI	KO SOTO GARI	O GOSHI	UKI GOSHI
	nebo		nebo		nebo		nebo	
								

KESA GATAME		Způsoby otevření boje - Hairi kata
KAMI SIHO GATAME		UKE v parteru na čtyřech, TORI přetáčí do držení
TATE SIHO GATAME		UKE leží na břiše, TORI přetáčí do držení
USHIRO KESA GATAME		Uke leží na zádech, TORI přechází do držení
YOKO SIHO GATAME		TORI útočí, UKE leží na zádech a brání se nohama-formy obrany
MUNE GATAME		

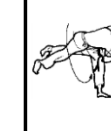
4. kyu

Techniky	OKURI ASHI HARAI	TAI OTOSHI	O SOTO GARI	IPON SEOI NAGE	O UCHI GARI	KO UCHI GARI	GOSHI GURUMA	HARAI GOSHI
	nebo		nebo		nebo		nebo	
								

KUZURE KESA GATAME		Způsoby otevření boje - Hairi kata
KUZURE JOKO SIHO GATAME		Tori v parteru, Uke útočí zhora, předvedení obrany a protiútoku
KUZURE KAMI SIHO GATAME		UKE leží na břiše, TORI přetáčí do držení / ze čtyř stran/
KUZURE TATE SIHO GATAME		Uke leží na zádech, TORI přechází do držení ze čtyř stran /
UKI GATAME		TORI útočí, UKE leží na zádech a brání se nohama-formy obrany
KATA GATAME		Tori leží na zádech a přetáčí UKEho do držení / OS /

3 kyu



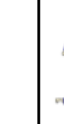
Techniky	ASHI GURUMA	HARAI CURIKOMI ASHI	CURIKOMI GOSHI	TOMOE NAGE	TANI OTOSHI	KO SOTO GAKE	UCHI MATA	USHIRO GOSHI
	nebo		nebo		nebo		nebo	
								

UDE HISHIGI SANKAKU GATAME nebo UDE GATAME		Způsoby otevření boje - Hairi kata	
UDE HISHIGI JUJI GATAME		PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VPŘED	
UDE HISHIGI UDE GATAME		PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VZAD	
UDE GARAMI		PŘECHOD do Ne waza po útoku / hodů / UKEho VPŘED	
HADAKA JIME		PŘECHOD do Ne waza po útoku / hodů / UKEho VZAD	
OKURI ERI JIME		Základní znalosti: Waki, Eri, Garami, Katame, Kesa, Kubi, Tandoku renshu, Uchi komi,	
KATA JUJI JIME		Vysvětlit pojem a předvést: Bucukari Geiko, Jakusoku geiko, Kakari geiko, Randori	

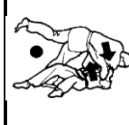
2 kyu

Techniky	SOTO MAKI KOMI	HANE GOSHI	SODE TSURIKOMI GOSHI	SUMI GAESHI	KATA GURUMA	TE GURUMA	JOKO OTOSHI	MOROTE GARI
								

UDE HISHIGI HIZA GATAME		Způsoby otevření boje - Hairi kata
SODE GURUMA JIME		PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VPŘED
KATA HA JIME		PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VZAD
SANKAKU JIME		PŘECHOD do Ne waza při útoku UKEho VPŘED
GYAKU ŽUŽI ŽIME		PŘECHOD do Ne waza při útoku UKEho VZAD
NAMI JUJI JIME		Nácvik držení, škrcení a páčení ve všech dosud probraných situacích a směrech

1. Skupina - Te waza			
	UKI OTOŠI	SEOI NAGE	KATA GURUMA
2. Skupina - Goši waza			
	UKI GOŠI	HARAI GOŠI	TSURI KOMI GOŠI
3. Skupina - Aši waza			
	OKURI AŠI HARAI	SASAE CURIKOMI AŠI	UČI MATA

1 kyu

Techniky	HANE MAKI KOMI	YOKO WAKARE	O GURUMA	O SOTO GURUMA	YOKO GURUMA	URA NAGE	SUKUI NAGE	UCURI GOSHI
								

UDE HISHIGI HARA GATAME		Způsoby otevření boje - Hairi kata
UDE HISHIGI WAKI GATAME		PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VPŘED
UDE HISHIGI ASHI GATAME		PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VZAD
UDE HISHIGI TE GATAME		PŘECHOD do Ne waza po útoku / hodů / UKEho VPŘED
TSUKKOMI JIME		PŘECHOD do Ne waza po útoku / hodů / UKEho VZAD

4. Skupina - Ma sutemi waza	 TOMOE NAGE	 URA NAGE	 SUMI GAEŠI
5. Skupina - Joko sutemi waza	 JOKO GAKE	 JOKO GURUMA	 UKI WAZA