

JUDO



UHERSKÉ HRADIŠTĚ

Zkušební řád dle Českého svazu Judo

2. KYU



Modrý pás

Nage waza	Yoko wakare	Morote gari	Ko soto gake	Sumi otoši	O soto guruma
Směr pohybu	uke tlačí	uke táhne	uke táhne	uke táhne	uke táhne
Katame waza	Ude hišigi sankaku gatame	Ude hishigi waki gatame	Ude hishigi hara gatame	Základy NAGE NO KATA - bez ceremoniálu	
				1. Skupina - Te waza 2. Skupina - Goši waza	

Opakování všech dosud probíraných technik, teorie a názvosloví.

KONTRACHVATY 4x

KOMBINACE 4x + 4x

- RENZOKU WAZA (opakování útoku stejnou technikou)
- RENRAKU WAZA (opakování útoku jinou technikou)

Způsoby otevření boje - Hairi kata 6x

- PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VPŘED
- PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VZAD
- PŘECHOD do Ne waza po útoku / hodů / UKEho VPŘED
- PŘECHOD do Ne waza po útoku / hodů / UKEho VZAD

Nácvik škrčení a páčení ve všech dosud probíraných situacích a směrech

1. Skupina - Te waza



2. Skupina - Goši waza

