



ZKUŠEBNÍ ŘÁD

2. kyu

柔道

NAGE-WAZA



yoko-wakare



morote-gari



ko-soto-gake



sumi-otoshi



o-soto-guruma



1. SÉRIE TE-WAZA

uki-otoshi
seoi-nage
kata-guruma

NAGE-NO-KATA



2. SÉRIE GOSHI-WAZA

uki-goshi
harai-goshi
tsurikomi-goshi

KATAME-WAZA



ude-hishigi-sankaku-gatame



ude-hishigi-waki-gatame



ude-hishigi-hara-gatame



HAIRI KATA

2 varianty přechodu do osaekomi-waza,
2 varianty přechodu do shime-waza,
2 varianty přechodu do kansetsu-waza

KOMBINACE/KONTRACHVATY • 4× renzoku-waza • 4× renraku-waza • 4× gaeshi-waza

TEORIE:



METODICKÉ PRINCIPY:



CHOVÁNÍ DLE MORÁLNÍHO KODEXU:



PRAVIDLA:

1. Provedení technik v nage-waza za pohybu a na obě strany je pro kategorii U8 a U10 na uvážení zkušební komisaře. Starší kategorie již provádí techniky nage-waza v pohybu dle doporučených videí a na obě strany.
2. Veškeré techniky nage-waza do 5. KYU se předvádí s přechodem do osaekomi-waza. Dbáme na to, aby tori měl neustálou kontrolu nad ukem. Do osaekomi-waza tori přechází až po dokončení techniky nage-waza.
3. Lhůta mezi zkouškami je minimálně 6 měsíců.
4. Do 15 let se provádí zkoušky vždy i na půlené pásy.
5. Od 16 let se provádí zkoušky na celé pásy. Je na uvážení zkušební komisaře, zda zařadí i požadavky na půlené pásy.
6. Splnění podmínek k udělení vyššího kyu je i znalost technik z předešlého kyu.