

Wymagania techniczne na stopnie szkoleniowe kyu

6 Kyu - pas biały

1. Składanie judogi, wiązanie pasa, pojęcia UKE, TORI
2. UKEMI
3. Przewrót w przód, Przewrót w tył
4. KUMI KATA

NE WAZA

- HON KESA GATAME
- TATE SHIHO GATAME
- YOKO SHIHO GATAME
- KAMI SHIHO GATAME

5,5 Kyu – pas biało-żółty

TACHI WAZA

- DE ASHI BARAI
- O SOTO GARI
- O UCHI GARI
- KO SOTO GARI

5 Kyu- pas żółty

TACHI WAZA

- KO UCHI GARI
- UKI GOSHI
- TAI OTOSHI
- SASAE TSURIKOMI ASHI

NE WAZA

- KUZURE KESA GATAME
- KUZURE KAMI SHIHO GATAME
- KUZURE YOKO SHIHO GATAME

4,5 Kyu- pas żółto-pomarańczowy

TACHI WAZA

- TSURI GOSHI
- OKURI ASHI BARAI
- IPPON SEOI NAGE
- HIZA GURUMA
- O GOSHI

NE WAZA

- KATA GATAME
- MUNE GATAME

4 Kyu- pas pomarańczowy

TACHI WAZA

- TOMOE NAGE
- KO SOTO GAKE
- HARAI GOSHI
- UCHI MATA

NE WAZA

- HADAKA JIME
- UDE GARAMI
- UDE HISIGI JUJI GATAME
- OKURI ERI JIME

3,5 Kyu- pas pomarańczowo-zielony

TACHI WAZA

- SODE TSURIKOMI GOSHI
- TSURIKOMI GOSHI
- ASHI GURUMA

NE WAZA

- USHIRO UDE GARAMI
- KATA JUJI JIME
- NAMI JUJI JIME
- GYAKU JUJI JIME

3 Kyu- pas zielony

TACHI WAZA

- HARAI TSURIKOMI ASHI
- UKI OTOSHI
- USHIRO GOSHI
- TAIYO OTOSHI

NE WAZA

- UDE HISHIGI UDE GATAME
- UDE HISIGI HIZA GATAME
- UDE HISIGI WAKI GATAME
- KATA HA JIME
- TSUKKOMMI JIME

2 Kyu- pas niebieski

TACHI WAZA

- HANE GOSHI
- KOSHI GURUMA
- YOKO OTOSHI
- UTSURI GOSHI
- KATA GURUMA
- SUMI GAESHI
- YOKO GURUMA

NE WAZA

- UDE HISIGI HARA GATAME
- UDE HISIGI ASHI GATAME
- UDE HISIGI SANKAKU GATAME
- UDE HISIGI TE GATAME
- ASHI GARAMI
- SODE GURUMA
- RYO TE JIME
- KATA TE JIME

1 Kyu- pas brązowy

TACHI WAZA

- MORE GARI
- HANE MAKIKOMI
- SUKUI NAGE
- O GURUMA
- SOTO MAKIKOMI
- O SOTO GURUMA
- UKI WAZA
- YOKO WAKARE
- URA NAGE
- SUMI OTOSHI
- YOKO GAKE