
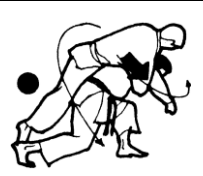


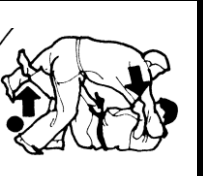
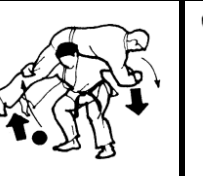
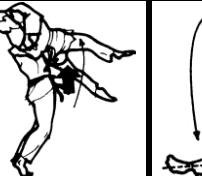
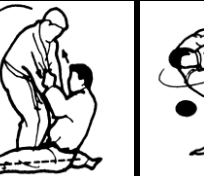



Český svaz judo Zkušební řád

2. KYU

Modrý pás

Pády	• Uširo ukemi		• Joko ukemi		• Mae ukemi		• Zempo ukemi	
Techniky	soto maki komi	hane goši	tomoe nage	sumi gaeši	kata guruma	te guruma	joko otoši	morote gari
								
uke tlačí	•	•	•	•	▼	▼		
uke táhne	☺	☺			▼	▼	☺	•
uke jde stranou	☺	☺			▼	▼	•	
uke jde do kruhu	☺	☺		☺	▼	▼	☺	
tori tlačí	☺	☺	☺		▼	▼	☺	☺
tori táhne	☺	☺	•	•	▼	▼	•	☺
tori jde stranou	☺	☺			▼	▼	☺	
tori jde do kruhu	☺			☺	▼	▼	☺	
Další úkoly	• pro zkoušku povinné chvaty ☺možné směry provedení chvatů, třeba procvičovat ▼ volný výběr provedení							
Katame waza			Způsoby otevření boje - Hairi kata					
Ude hišigi hiza gatame			PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VPŘED			Nácvik škrčení a páčení ve všech dosud probraných situacích a směrech		
sode guruma			PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VZAD					
kata ha žime			PŘECHOD do Ne waza při útoku UKEho VPŘED					
sankaku žime			PŘECHOD do Ne waza při útoku UKEho VZAD					
gyaku žuži žime			Základy NAGE NO KATA - bez ceremonielu					
nami žuži žime								
KOMBINACE			1. Skupina - Te waza					
Renzoku waza (opakování útoku stejnou technikou)			2. Skupina - Goši waza					
RENRAKU WAZA (opakování útoku jinou technikou)			3. Skupina - Aši waza					