

Exameneisen Judo

Budovereniging Asahi

Auteur: Roel van Alff

Datum: 2 oktober 2012

Versie: 2.0

Alle Tachi-Waza oefeningen moeten vanuit beweging worden uitgevoerd.

Gele band

Tachi-Waza

4 beenworpen
4 heupworpen
1 hikomi-waza

Ne-Waza

4 houdgrepen
6 kanteloefeningen

Beoordeling;

Hierbij zal worden gelet op de kennis van de kandidaat.

Oranje band

Tachi-Waza

6 beenworpen
6 heupworpen
1 hikomi-waza

Ne-Waza

6 houdgrepen
10 kanteloefeningen

Beoordeling;

Hierbij zal worden gelet op de kennis van de kandidaat.

Groene band

Tachi-Waza

7 Beenworpen
7 Heupworpen
1 Hikomi-waza

Ne-Waza

10 houdgrepen
15 kanteloefeningen

Beoordeling;

Hierbij zal meer worden gelet op de motorische vaardigheid bij het uitvoeren van het Tachi-Waza door de kandidaat.

Blaue band

Tachi-Waza

8 beenworpen
8 heupworpen
1 armpworp
1 schouderworp
2 hikomi-waza's
2 overname's
2 combinatie's
1 yoko sutemi
1 ma sutemi

Ne-Waza

10 houdgrepen gevolgd met 3 armklemmen

17 kanteloefeningen waarvan;
2 direct uitkomend in sankaku
2 direct uitkomend in armklem
2 direct uitkomend in wurging

Kata

De kandidaat heeft de keus uit onderdelen van de volgende Kata

- Nage-No-Kata
- Gatame-No-Kata
- Gonosen

Nage-No-Kata

De kandidaat moet kennis hebben van 1 serie Nage-no-kata
(kennis hebben is een ruim begrip derhalve kan de kandidaat hierop niet zakken).

Gatame-No-Kata

De kandidaat moet kennis hebben van 1 serie Gatame-no-kata.
(kennis hebben is een ruim begrip derhalve kan de kandidaat hierop niet zakken).

Gonosen

De kandidaat moet in staat zijn 4 worpen (naar keuze) naar behoren uit te voeren overeenkomstig de daaraan gestelde eis betreffende dit Kata.

Beoordeling:

Bij het gehele examen zal worden gelet op de motorische vaardigheid en kennis.

Nomenclatuur; de kandidaat moet kennis hebben van de namen van minimaal 7 worpen door de kandidaat zelf gekozen.

Bruine band

Tachi-Waza

8 beenworpen
8 heupworpen
2 armpworpen
2 schouderworpen
2 hikomi-waza's
4 overname's
4 combinatie's
2 yoko sutemi
2 ma sutemi

Ne-Waza

10 houdgrepen gevolgt met 5 armklemmen
20 kanteloefeningen waarvan;
4 direct uitkomend in sankaku
4 direct uitkomend in armklem
4 direct uitkomend in wurging

Kata

De kandidaat heeft de keus uit onderdelen van de volgende Kata;

Nage-No-Kata
Gatame-No-Kata
Gonosen

Nage-No-Kata

De kandidaat moet kennis hebben van 1 serie Nage-no-kata en moet 1 serie naar behoren kunnen uitvoeren overeenkomstig de daaraan gestelde eis betreffende dit Kata. (kennis hebben is een ruim begrip derhalve kan de kandidaat hierop niet zakken).

Gatame-No-Kata

De kandidaat moet kennis hebben van 1 serie Gatame-no-kata en moet 1 serie naar behoren kunnen uitvoeren overeenkomstig de daaraan gestelde eis betreffende dit Kata. (kennis hebben is een ruim begrip derhalve kan de kandidaat hierop niet zakken).

Gonosen

De kandidaat moet in staat zijn 8 worpen (naar keuze) naar behoren uit te voeren overeenkomstig de daaraan gestelde eis betreffende dit Kata

Beoordeling:

Bij het gehele examen zal worden gelet op de motorische vaardigheid en kennis.

Nomenclatuur; de kandidaat moet kennis hebben van de namen van die worpen die door de kandidaat worden uitgevoerd.