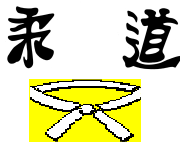








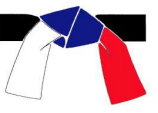








6/5 KYU		Zkušební řád ČSJu				Bílý pás se žlutým koncem			
Pády	• Uširo ukemi		• Joko ukemi		• Mae ukemi		• Zempo ukemi		
Techniky	Hiza guruma	sasae curikomi	tai otoši	morote seoin.	o soto gari	ko soto gari	o goši	uki goši	
	nebo		nebo		nebo		nebo		
									
uke tlačí	•	•	•	•	☺		•	•	
uke táhne						•			
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	kesa gatame	kamišihō gatame	tatašihō gatame	uširo kesa g.	jokošihō gatame	mune gatame	Morální kodex judisty		
							Zde je myšlen celkový etický systém. Výčet všeobecných pravidel je posán ve výkladové příloze.		
Teorie			Základní znalosti			Základy pravidel			
Způsoby otevření boje - Hairi kata			Tači rei	Seiza	Ricu rei	Hadžime	Mate	Soremade	
UKE v parteru, TORI přetáčí do držení			Šizei	Šizen hon tai	Migi šizen tai	Osaekomi	Sonomama	Toketa	
UKE leží na břiše, TORI přetáčí do držení			Hidari šizen tai	Kumi kata	Šin tai	Koka	Yuko	Wazaari	
Uke leží na zádech, TORI přechází do držení			Kuzuši	Cukuri	Take	Ippon			
TORI útočí, UKE leží n zádech a brání se nohama			Hapo no kuzuši						