

Beoordelingsformulier 2^e kyu



Naam Kandidaat:

Gaat op voor:

Uitslag:

Beoordelaar:

Kata		Beoordeling:	
1 ^e serie	Pakking twee handen bij pols	Alles vragen	S, M, V, G, U
	Rechter hand bij rechter revers		
	Wurging recht van voren		
	Wurging vanaf rechts		
	Pakking op de li. Schouder met de re. hand		
2 ^e serie	Middelaanval van voren, armen niet ingesloten		
	Middelaanval van voren, poging armen in te sluiten		
	Hoofdaanval van opzij		
	Hoofdaanval van voren		
	Hoofdaanval van achteren		

Basis bewegingen		Beoordeling:	
	Oude stof	SP (3)	S, M, V, G, U
ebi	Voor/ achterwaarts		
Ukemi waza	Alle richtingen met of zonder bok		

Bevrijdingen		Beoordeling:	
1 ^e serie en 2 ^e serie	Oude lesstof	SP (4)	S, M, V, G, U

Uke waza		Beoordeling:	
	Oude lesstof	SP (4)	S, M, V, G, U
Blok technieken	Nieuwe lesstof	Alles	
	Osae uke	Op een mae geri En op rechte stoten	

Atemi waza		Beoordeling:	
	Oude lesstof	SP (4)	S, M, V, G, U
Trap en stoot technieken			
	Nieuwe lesstof	Alles	
	Haito	In kihon lopend en/of op een aanval	
	Ushiro geri		
	Kakato geri		

Nage Waza		Beoordeling:	
	Oude lesstof	SP (4)	S, M, V, G, U
Worpen			
	Nieuwe lesstof	Alles	
	Ryo ashi dori	10 aanvallen uit 1 ^e , 2 ^e en 3 ^e serie	
	Ura ryo ashi dori		
	Sumi gaeshi		
	O soto maki komi		
	Yoko garuma		

Kansetsu waza vanaf 12 jaar		Beoordeling:	
	Oude lesstof	SP (4)	S, M, V, G, U
klemtechnieken			
	Nieuwe lesstof	Alles	
	Ashi ude garami Gebogen armklem met het been aangezet	8 aanvallen uit 1 ^e en 2 ^e serie	
	Hiza garami Gebogen knieklem		
	Kubi gaeshi Haar kin draai		
	Ude garami Liggend op de buik uitgevoerd		

Shime waza vanaf 12 jaar		Beoordeling:	
	Oude lesstof	SP 2	
	Nieuwe lesstof	alles	S, M, V, G, U
	Kata ha shime	Op 2 aanvallen uit 1 ^e , 2 ^e of 3 ^e serie.	

Ne waza		Beoordeling:	
	Oude lesstof	SP 4	
	Nieuwe lesstof	alles	S, M, V, G, U
Passeertechnieken	2 maal vanuit de positie uke op de rug tori tussen de benen		

Wapens		Beoordeling:	
	Nieuwe lesstof	alles	S, M, V, G, U
	Ontwapenen van mes stok vanuit aanvallen uit de 4 ^e serie		

Toepassingen		Beoordeling:	
1 ^e uur	Uke valt aan met de 10 av van de 1 ^e en 2 ^e serie		S, M, V, G, U
2 ^e uur	Idem 1 minuut lang		
3 ^e uur	Uke valt 1 minuut aan met en zonder wapens		