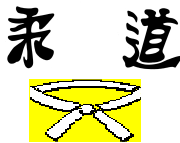








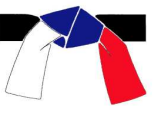





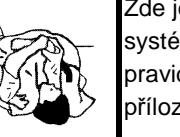


8. KYU									Bílo-žlutý pás									
Pády		• Uširo ukemi			• Joko ukemi			• Mae ukemi			• Zempo ukemi							
Techniky		Hiza guruma		sasae curikomi		tai otoši		morote seoin.		o soto gari		ko soto gari		o goši		uki goši		
		nebo			nebo			nebo			nebo							
																		
uke tlačí		•	•	•	•	☺		•	•									
uke táhne								•										
uke jde stranou				☺	☺	☺		☺	☺									
uke jde do kruhu	☺	☺	☺	☺	☺			☺	☺									
tori tlačí				☺	☺			☺	☺									
tori táhne	☺	☺	☺	•	☺			•	☺									
tori jde stranou				☺	☺	☺		☺	☺									
tori jde do kruhu	☺	☺	☺	☺	☺			☺	☺									
<b>Další úkoly</b>	• pro zkoušku povinné chvaty ☺ možné směry provedení chvatů, třeba procvičovat ▼ volný výběr provedení																	
<b>Katame waza</b>	kesa gatame	kamišihō gatame	tatašihō gatame	uširo kesa g.	jokošihō gatame	mune gatame	<b>Morální kodex judisty</b>											
							Zde je myšlen celkový etický systém. Výčet všeobecných pravidel je posán ve výkladové příloze.											
<b>Teorie</b>				<b>Základní znalosti</b>						<b>Základy pravidel</b>								
<b>Způsoby otevření boje - Hairi kata</b>				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	Kake	Ippon											
TORI útočí, UKE leží n zádech a brání se nohama				Hapo no kuzuši														