

Trainingsbegeitende Kyu - Prüfung Beginn:		Ende:
Name, Vorname	Verein	8. Kyu - Grad
PRÜFUNGSFÄCHER	PRÜFUNGSDATUM	UNTERSCHRIFT PRÜFER
Falltechnik (3 Aktionen)		
rückwärts		
seitwärts (rechts)		
seitwärts (links)		
Grundform der Wurftechniken (2 Aktionen)		
O-goshi oder Uki-goshi* alternativ auch eine beidbeinige Eindrehtechnik aus dem Ärmel-Revers-Griff		
O-soto-otoshi		
Grundform der Bodentechnik (2 Aktionen)		
Kuzure-kesa-gatame		
Mune-gatame		
Anwendungsaufgabe Stand (2 Aktionen)		
Wenn Uke schiebt und / oder vorkommt wirft Tori nach vorne		
Wenn Uke zieht und / oder zurückgeht wirft Tori nach hinten		
Anwendungsaufgabe Boden (1 Aktionen)		
eine Verkettung von kontrolliertem Werfen mit anschließendem Haltegriff und nach folgender Befreiung von Uke		
Randori (2 - 3 Randori a`1 min.)		
Aus dem Kniestand Bodenrandori beginnen,d.h. freies Kämpfen, um die erlernten Haltegriffe und Befreiungen zu erproben		
um die erlernten Haltegriffe und Befreiungen zu erproben		
Theorie (Judolexikon)		
Judo Werte		

KYU-PRÜFERSTEMPEL