



Fecha: _____

HOJA DE EXAMEN PARA 1º DAN DE JUDO

Calificación

Nombre y Apellidos: _____

1.- FUNDAMENTOS DE JUDO PIE: El examinando explicará y demostrará todos los fundamentos.

REI	KUZUSHI	TANDOKU RENSHU	UCHI KOMI
SHISEI	TSUKURI	SOTAI RENSHU	NAGE KOMI
SHINTAI- TAI SABAKI	KAKE	YAKU SOKU GEIKO	RANDORI
KUMI- KATA	UKEMIS	KAKARI GEIKO	SHIAI

2.- NAGE WAZA: El examinando realizará las siguientes técnicas en estático y varios desplazamientos:

- HIZA GURUMA _____
- TSURI GOSHI _____
- KATA GURUMA _____

3.- TOKUI WAZA (PIE): El examinando presentará una técnica en varios desplazamientos, combinaciones, encadenamientos, defensas y contras.

4.- FUNDAMENTOS DE JUDO SUELO: El examinando explicará varios fundamentos a elección del Tribunal.

BASES DE LAS INMOVILIZACIONES SALIDAS DE LAS INMOVILIZACIONES MOVIMIENTOS BÁSICOS DE DEFENSA BASES DE LAS ESTRANGULACIONES

5.- NE WAZA: El examinando realizará las técnicas desde posición Kyoshi, estando UKE en posición de Gyoga o Anza.

- KAMI SHIO GATAME _____
- HON GESA GATAME _____
- HADAKA JIME _____
- UDE HISIGI JUJI GATAME _____
- KATA JUJI JIME _____

6.- TOKUI WAZA (SUELO): El examinando presentará una técnica en varias salidas, combinaciones y defensas.

7.- NAGE NO KATA: Realizará los tres primeros grupos, con ceremonia de apertura y cierre sin ceremonia, de UKE o de TORI a elección del Tribunal.

- TE WAZA _____
- KOSHI WAZA _____
- ASHI WAZA _____

APTO

NO APTO

Firmado: _____



Fecha: _____

HOJA DE EXAMEN PARA 1º DAN DE JUDO

Calificación

Nombre y Apellidos: _____

1.- FUNDAMENTOS DE JUDO PIE: El examinando explicará y demostrará todos los fundamentos.

REI	KUZUSHI	TANDOKU RENSHU	UCHI KOMI
SHISEI	TSUKURI	SOTAI RENSHU	NAGE KOMI
SHINTAI- TAI SABAKI	KAKE	YAKU SOKU GEIKO	RANDORI
KUMI- KATA	UKEMIS	KAKARI GEIKO	SHIAI

2.- NAGE WAZA: El examinando realizará las siguientes técnicas en estático y varios desplazamientos:

- DE ASHI BARAI _____
- O GOSHI _____
- TAI OTOSHI _____

3.- TOKUI WAZA (PIE): El examinando presentará una técnica en varios desplazamientos, combinaciones, encadenamientos, defensas y contras.

4.- FUNDAMENTOS DE JUDO SUELO: El examinando explicará varios fundamentos a elección del Tribunal.

BASES DE LAS INMOVILIZACIONES SALIDAS DE LAS ESTRANGULACIONES MOVIMIENTOS BÁSICOS DE ATAQUE BASES DE LAS LUXACIONES

5.- NE WAZA: El examinando realizará las técnicas desde posición Kyoshi, estando UKE en posición de Gyoga o Anza.

- TATE SHIO GATAME _____
- HON GESA GATAME _____
- GIAKU JUJI JIME _____
- NAMI JUJI JIME _____
- UDE HISIGI JUJI GATAME _____

6.- TOKUI WAZA (SUELO): El examinando presentará una técnica en varias salidas, combinaciones y defensas.

7.- NAGE NO KATA: Realizará los tres primeros grupos, con ceremonia de apertura y cierre sin ceremonia, de UKE o de TORI a elección del Tribunal.

- TE WAZA _____
- KOSHI WAZA _____
- ASHI WAZA _____

APTO

NO APTO

Firmado: _____



Fecha: _____

HOJA DE EXAMEN PARA 1º DAN DE JUDO

Calificación

Nombre y Apellidos: _____

1.- FUNDAMENTOS DE JUDO PIE: El examinando explicará y demostrará todos los fundamentos.

REI	KUZUSHI	TANDOKU RENSHU	UCHI KOMI
SHISEI	TSUKURI	SOTAI RENSHU	NAGE KOMI
SHINTAI- TAI SABAKI	KAKE	YAKU SOKU GEIKO	RANDORI
KUMI- KATA	UKEMIS	KAKARI GEIKO	SHIAI

2.- NAGE WAZA: El examinando realizará las siguientes técnicas en estático y varios desplazamientos:

- UCHI MATA _____
- SEOI NAGE _____
- KOSHI GURUMA _____

3.- TOKUI WAZA (PIE): El examinando presentará una técnica en varios desplazamientos, combinaciones, encadenamientos, defensas y contras.

4.- FUNDAMENTOS DE JUDO SUELO: El examinando explicará varios fundamentos a elección del Tribunal.

BASES DE LAS INMOVILIZACIONES SALIDAS DE LAS ESTRANGULACIONES MOVIMIENTOS BÁSICOS DE ATAQUE BASES DE LAS ESTRANGULACIONES

5.- NE WAZA: El examinando realizará las técnicas desde posición Kyoshi, estando UKE en posición de Gyoga o Anza.

- YOKO SHIO GATAME _____
- KUZURE GESA GATAME _____
- KATA GATAME _____
- GIAKU JUJI JIME _____
- UDE GARAMI _____

6.- TOKUI WAZA (SUELO): El examinando presentará una técnica en varias salidas, combinaciones y defensas.

7.- NAGE NO KATA: Realizará los tres primeros grupos, con ceremonia de apertura y cierre sin ceremonia, de UKE o de TORI a elección del Tribunal.

- TE WAZA _____
- KOSHI WAZA _____
- ASHI WAZA _____

APTO

NO APTO

Firmado: _____