



# ZKUŠEBNÍ ŘÁD PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ KYU












1. KYU

hnědý pás

Pády jen namátkově. Nejsou povinné	• Uširo ukemi	• Yoko ukemi	• Mae ukemi	• Zempo ukemi

## NAGE-WAZA

Techniky	HANE MAKI KOMI	YOKO WAKARE	O GURUMA	O SOTO GURUMA	YOKO GURUMA	URA NAGE	SUKUI NAGE	UCURI GOSHI
uke tlačí	▼	•	▼	▼	▼	▼	▼	▼
uke táhne								
uke jde stranou								
uke jde do kruhu								
tori tlačí								
tori táhne								
Pravá strana								
Levá strana								
Další úkoly	• pro zkoušku povinné chvaty    ⊙ možné směry provedení chvatů, třeba procvičovat    ▼ volný výběr provedení							

<b>KATAME - WAZA</b>	<b>UDE HISHIGI HARA GATAME</b> 	<b>Způsoby otevření boje - Hairi kata</b>			
	<b>UDE HISHIGI WAKI GATAME</b> 	PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VPŘED			
	<b>UDE HISHIGI ASHI GATAME</b> 	PŘECHOD do Ne waza po vlastním útoku VZAD			
	<b>UDE HISHIGI TE GATAME</b> 	PŘECHOD do Ne waza po útoku / hodů / UKEho VPŘED			
	<b>TSUKKOMI JIME</b> 	PŘECHOD do Ne waza po útoku / hodů / UKEho VZAD			
<b>KOMBINACE</b>		<b>Základy sestavy hodů: NAGE NO KATA ( SUTEMI-WAZA)</b>			
<b>RENZOKU WAZA</b> ( opakování útoku stejnou technikou)		- bez ceremonie			
<b>RENRAKU WAZA</b> ( opakování útoku jinou technikou)					
<b>GEAŠI WAZA - PROTICHVATY</b>	vždy 2 ze skupiny: TE, GOŠI, AŠI	4. Skupina - Ma sutemi waza	 TOMOE NAGE	 URA NAGE	 SUMI GAEŠI
<b>TOKUI WAZA</b>	praktické použití osobní techniky v různých směrech pohybu	5. Skupina - Joku sutemi waza	 JOKO GAKE	 JOKO GURUMA	 UKI WAZA
<b>SEBEOBRANA</b>	základní obrany proti nejčastějším útokům				