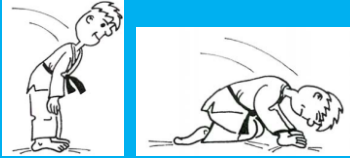

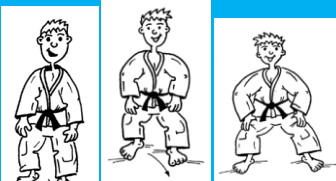































ALUMN@: \_\_\_\_\_ Nº licencia: \_\_\_\_\_

**FUNDAMENTOS JUDO PIE** : El alumno explicará los siguientes fundamentos: \_\_\_\_\_













<p><b>REI :</b> son los saludo _____</p> 	<p><b>UKEMI:</b> son las caídas _____</p> 	<p><b>SHISEI:</b>son las diferentes posiciones en judo.</p> 	<p><b>KUZUSHI ,TSUKURI, KAKE:</b> Las tres partes de la técnica; Kuzushi =preparación,desequilibrio _____</p> 
<p><b>TAI SABAKI:</b> es el desplazamiento circular _____</p> 	<p><b>KUMIKATA:</b> es el agarre _____</p> 	<p><b>KUZUSHI:</b> _____ son los desequilibrios,la preparación de la tecnica.</p> 	<p>Tsukuri =ejecución _____</p>  <p>Kake=proyección _____</p> 
<p><b>YAKO SOKU GEIKO:</b>es el estudio de las tecnicas en desplazamiento con la ayuda del compañero,este no se resiste.</p>  <p>_____</p>			
<p><b>TANDOKU RENSHU:</b>es el estudio de la tecnica que hacemos solo sin compañero _____</p> 	<p><b>KAKARI GEIKO:</b> Es una forma de entrenamiento en la que uno de los dos judokas se dedica a atacar insistentemente y el otro a defender y/ó contrar, cambiándose luego..</p>	<p><b>SOTAI RENSHU:</b> Es el estudio que hacemos con un compañero,desde la tecnica,los fundamentos,el randori y la competición _____</p> 	
<p><b>UCHI KOMI</b> (repeticiones sin tirar)</p> 	<p><b>NAGUE KOMI</b> (repeticiones tirando)</p> 	<p><b>CODIGO MORAL DEL JUDOKA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La amistad</li> <li>• La sinceridad</li> <li>• La modestia</li> <li>• El valor</li> <li>• El honor</li> <li>• La educación</li> <li>• El coraje</li> <li>• El control de si mismo</li> </ul>	

**2.- TOKUI WAZA.** Técnica de Judo Pie que presentará el alumno, y que deberá desarrollar ampliamente con varios desplazamientos, combinaciones, encadenamientos, defensas y contras. Es la técnica especial. \_\_\_\_\_

3.- **NAGE WAZA.** El candidato realizará las técnicas en un desplazamiento.

<p><b>UKI GOSHI</b> (pequeña cadera)</p> 	<p><b>O UCHI GARI</b> (gran siega interior)</p> 	<p><b>OGOSHI</b> (gran cadera)</p> 	<p><b>O SOTO GARI</b> (gran siega exterior)</p> 	<p><b>HARAI GOSHI</b> (barrido con la cadera)</p> 
<p><b>TAI OTOSHI</b> (vuelco del cuerpo)</p> 	<p><b>HIZA GURUMA</b> (rueda por la rodilla)</p> 	<p><b>DE ASHI HARAI</b> (barrido al pie adelantado)</p> 	<p><b>MOROTE SEOI NAGE</b></p> 	<p><b>IPON SEOI NAGE</b> (proyección por encima del hombro)</p> 
<p><b>UCHI MATA</b></p> 	<p><b>KO SOTO GAKE</b></p> 	<p><b>TSURI KOMI GOSHI</b></p> 	<p><b>CONTRAS:</b> las defensas de las técnicas</p> 	
<p><b>SASAE</b> (bloqueo al tobillo)</p> 	<p><b>OKURI ASHI HARAI</b> (barrido a las dos piernas)</p> 	<p><b>KOSHI GURUMA</b></p> 	<p><b>TOMOE NAGUE</b></p> 	

6.- **NE WAZA.** El alumno realizara las siguientes técnicas en suelo.

<p><b>YOKO SHIO GATAME</b> Inmovilización "la cruz"</p> 	<p><b>KUZURE KESA GATAME</b> Inmovilización "la guitarra 2"</p> 	<p><b>KAMI SHIO GATAME</b> Inmovilización del "corazón"</p> 	<p><b>KATA JUJI JIME</b></p> 
<p><b>TATE SHIO GATAME</b> Inmovilización "tobogán"</p> 	<p><b>HON KESA GATAME</b> Inmovilización "la guitarra"</p> 	<p><b>FORMAS DE VOLTEAR</b> (Cuando el compañero esta a 4 patas)</p> 	<p><b>NAME JUJI JIME</b></p> 
<p><b>KUZURE KAMI SHIO GATAME</b> (inmovilización "corazón 2")</p> 	<p><b>FORMAS DE VOLTEAR</b> (uke entre piernas tori)</p> 	<p><b>KATA GATAME</b></p> 	<p><b>JUJI GATAME</b></p> 

NOTA DEL EXAMEN:

APTO

NO APTO