

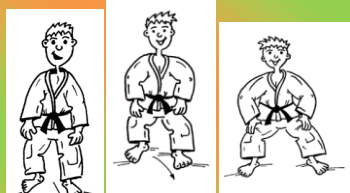




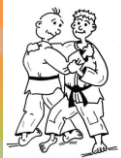

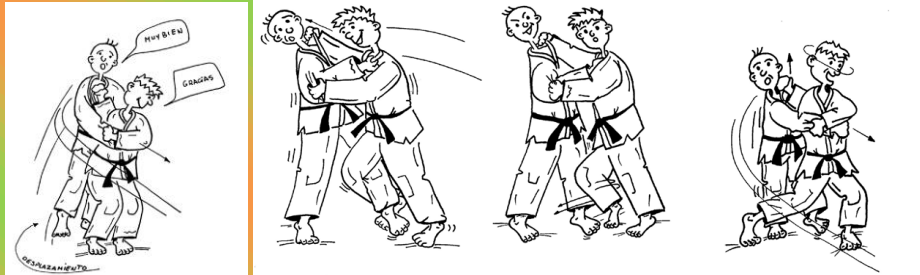




ALUMN@: \_\_\_\_\_

Nº de 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>_____</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 RENSJU:</b> es el estudio de la tecnica que hacemos solo sin compañero.</p>  <p>_____</p>	<p><b>SOTAI RENSJU:</b> Es el estudio que hacemos con un compañero,desde la tecnica,los fundamentos,el randori y la competición</p>  <p>_____</p>		

**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> 

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>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). Mínimo 5 formas diferentes</p> 
<p><b>KUZURE KAMI SHIO GATAME</b> (inmovilización "corazón 2")</p> 	<p><b>FORMAS DE VOLTEAR CUANDO TORI ESTA SENTADO Y UKE ENTRE LAS PIERNAS</b> 5 FORMAS</p> 	<p><b>KATA GATAME</b></p> 

NOTA DEL EXAMEN:

APTO

NO APTO

OBSERVACIONES :

JUDO CLUB CASTALLA