

NOTA

El 12è, 11è, 10è, 9è, 8è i 7è Kyu, son graus fins als 12 anys.

12 è KYU

(CINTURÓ BLANC)

- SEIZA
- MOKUSO
- KIRITSU
- HIDARI KAMAE
- MIGI KAMAE
- MAE UKEMI
- USHIRO UKEMI
- IRIMI TENKAN

TACHI WAZA:

- AI HANMI KATATE DORI - IRIMI NAGE (OMOTE - URA)

*APTITUD I ACTITUD 12è KYU

*TENIR LLICÈNCIA FEDERATIVA ACTUALITZADA

11 è KYU

(CINTURÓ BLANC, distintiu groc)

- SEIZA
- MOKUSO
- KIRITSU
- HIDARI KAMAE
- MIGI KAMAE
- MAE UKEMI
- USHIRO UKEMI
- IRIMI TENKAN

TACHI WAZA:

- AI HANMI KATATE DORI - IRIMI NAGE (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - IKKYO (OMOTE - URA)

*APTITUD I ACTITUD 11è KYU

*TENIR LLICÈNCIA FEDERATIVA ACTUALITZADA

10 è KYU

(CINTURÓ BLANC, distintiu taronja)

- SEIZA
- MOKUSO
- KIRITSU
- HIDARI KAMAE
- MIGI KAMAE
- MAE UKEMI
- USHIRO UKEMI
- IRIMI TENKAN

TACHI WAZA:

- AI HANMI KATATE DORI - IRIMI NAGE (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - IKKYO (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - SHIHO NAGE (OMOTE - URA)

*APTITUD I ACTITUD 10è KYU

*TENIR LLICÈNCIA FEDERATIVA ACTUALITZADA

9 è KYU

(CINTURÓ BLANC, distintiu verd)

- SEIZA
- MOKUSO
- KIRITSU
- HIDARI KAMAE
- MIGI KAMAE
- MAE UKEMI
- USHIRO UKEMI
- IRIMI TENKAN

TACHI WAZA:

- AI HANMI KATATE DORI - IRIMI NAGE (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - IKKYO (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - SHIHO NAGE (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - KOTE GAESHI

*APTITUD I ACTITUD 9è KYU

*TENIR LLICÈNCIA FEDERATIVA ACTUALITZADA

8 è KYU

(CINTURÓ BLANC, distintiu blau)

- HIDARI KAMAE
- MIGI KAMAE
- MAE UKEMI
- USHIRO UKEMI
- ZENPO KAITEN UKEMI
- KOHO KAITEN UKEMI
- IRIMI TENKAN
- TENKAN ASHI

TACHI WAZA:

- AI HANMI KATATE DORI - IRIMI NAGE (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - IKKYO (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - SHIHO NAGE (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - KOTE GAESHI
- AI HANMI KATATE DORI - UCHIKAITEN NAGE

*APTITUD I ACTITUD 8è KYU

*TENIR LLICÈNCIA FEDERATIVA ACTUALITZADA

7 è KYU

(CINTURÓ BLANC, distintiu marró)

- HIDARI KAMAE
- MIGI KAMAE
- ZENPO KAITEN UKEMI
- KOHO KAITEN UKEMI
- MAE UKEMI
- USHIRO UKEMI
- IRIMI TENKAN
- TENKAN ASHI

TACHI WAZA:

- AI HANMI KATATE DORI - IRIMI NAGE (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - IKKYO (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - SHIHO NAGE (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - KOTE GAESHI (OMOTE - URA)
- AI HANMI KATATE DORI - UCHIKAITEN NAGE (OMOTE - URA)
- SHOMEN UCHI - IRIMI NAGE

*APTITUD I ACTITUD 7è KYU

*TENIR LLICÈNCIA FEDERATIVA ACTUALITZADA