

## Richtlijn kyu-exameneisen voor senioren judoka's Budo Sport Arnhem

 BUDO SPORT ARNHEM	GELE BAND	ORANJE BAND	GROENE BAND	BLAUWE BAND	BRUINE BAND
beenworpen	1-2-3-4	1-2-3-4-5-6	1-2-3-4-5-6-14	1-2-3-4-5-6-14-8-9 11-12-7	1-2-3-4-5-6-14-8-9 11-12-7-15-10-13
heupworpen	11-2-3-4	11-2-3-4-5-8	11-2-3-4-5-8-7-6-1	11-2-3-4-5-8-7-6-1 10-9-13	11-2-3-4-5-8-7-6-1 10-9-13-15
schouderworpen	1	1-2-5	1-2-5-4-3	1-2-5-4-3	1-2-5-4-3
armworpen		1-2	1-2	1-2-4-9 ●●●	1-2-4-9-8 ●●●
offerworpen	6-7	6-7-1-2	6-7-1-2-3-4	6-7-1-2-3-4-5-8-10	6-7-1-2-3-4-5-8-10 12-13
combinaties		#4	#8	#10	#12
overnamen		#3	#6	#8	#10
hikomi-waza				2	4
houdgrepen	1-3-6-7	1-3-6-7-2-8-4-5-9	1-3-6-7-2-8-4-5-9-10	1-3-6-7-2-8-4-5-9-10-14	1-3-6-7-2-8-4-5-9-10-14
bevrijdingen		✓	✓	✓	✓
keer-/kanteltechn.	#5 uit 2	#9 uit 3 ●	#13 uit 3 ●●	#16 uit 4 ●●	#18 uit 5 ●●
passeertechnieken		#2	#3	#4	#5
verwurgingen	1-2-3	1-2-3-4-5-6-7	1-2-3-4-5-6-7-15	1-2-3-4-5-6-7-15	1-2-3-4-5-6-7-15
armklemmen	1 <sup>e</sup> serie	1 <sup>e</sup> -2 <sup>e</sup> serie	1 <sup>e</sup> -2 <sup>e</sup> -3 <sup>e</sup> serie	1 <sup>e</sup> -2 <sup>e</sup> -3 <sup>e</sup> -4 <sup>e</sup> serie	1 <sup>e</sup> -2 <sup>e</sup> -3 <sup>e</sup> -4 <sup>e</sup> -5 <sup>e</sup> serie
sankaku-waza			✓	✓	✓
nage-no-kata				1 <sup>e</sup> serie	1 <sup>e</sup> serie - 2 <sup>e</sup> serie - 3 <sup>e</sup> serie

### Opmerkingen:

- # : aantal technieken, waarbij bijv. '#5 uit 2' = 5 technieken uit 2 posities
- ✓ : is onderdeel van exameneisen
- : kanteltechnieken gevolgd door houdgrepen, armklemmen
- : kanteltechnieken gevolgd door houdgrepen, armklemmen, verwurgingen
- : voor de 4<sup>e</sup> armworp moeten 2 varianten kunnen worden gedemonstreerd: sukui-nage en te-guruma