

5. KYU



Bezchybná znalost veškerých technik a teorie z předcházejících KYU - namátkové přezkoušení

- * **te waza**
seoi nage ipon
"dívčí ipon"
"nízký ipon"
- * **tai otoshi**
standardní i naskakovaná varianta
- * **o soto gari + o soto guruma**
- * **obrana proti úderu hambem**
shora
křížový úder
zboku
čelně - bod hambem
- * **obrana proti útoku beze zbraně**
kin geri
mae geri
mawashi geri
- * **základní údery a kopy**
kombinace tate tsuki, bočního a spodního háku
mawashi geri
- * **kata**
k1
kata s nožem
- * **teorie - druhy baje podle stylu**
sebudo
judo
aikido
karate
taekwondo
sumo
- * **pravidla SEBUDO - povely pro zápasníka**
- * **osae komi waza - držení na zemi**
- * **kesa gatame**
kata gatame
kuzure kesa gatame
makura kesa gatame
tvrdé kryty proti úderům a kopům
- * **10 vítězných zápasů**

časový odstup od předchozího kyu 6 měsíců

věk bez omezení