

3. KYU



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

- * **ma sutemi waza**
tomoae nage
obi tori sumi gaeshi
yoko sutemi waza
uki waza
yoko wakare
osae komi waza - držení na zemi
- * **tate shiho gatame**
yoko shiho gatame
sankaku gatame
- * **mimopostojový boj**
obrana v leže na zemi, proti kopu (tori stojí)
obrana v leže na zemi, proti úderu (tori stojí)
- * **obrana v leže na zemi, proti rdoušení zepředu jednou rukou**
obrana v leže na zemi, proti rdoušení zepředu oběma rukama
boj v nestandardním postoji
obrana proti rdoušení jednou rukou, bez možnosti ústupu
obrana proti rdoušení oběma rukama, bez možnosti ústupu
- * **katy**
k1
kata nože
kata meče
- * **teorie**
druhy bojových umění a čím se od sebe liší
kanseizu waza
- * **odváděcí techniky - 4 x**
použití pák v různých fázích boje - 5 x
přerážecí technika
1 x rukou
- * 1 x nohou
- * **základní údery a kopy**
- * **ushiro geri**
úderové techniky v kombinaci s kopy - proti soupeři
tvrdé a volné kryty s protiútokem - proti soupeři
- * **20 vítězných zápasů**

*
*
*

časový odstup od předchozího kyu 9 měsíců

věk 12 +