



FEDERACIÓ CATALANA DE JUDO

AIKIDO - DEFENSA PERSONAL - JIU JITSU
KENDO - WU SHU

EXAMEN PER VIA TÈCNICA DE CINTURÓ NEGRE 4t. DAN DE JUDO

NAGE WAZA

1. **FONAMENTS**. Bases del Kaeshi Waza, exposició oral i pràctica.
2. **PROJECCIONS EN DESPLAÇAMENT**. Realitzar totes les tècniques relacionades a continuació, en diferents desplaçaments de cadascuna d'elles.

ASHI WAZA

O SOTO GURUMA
O SOTO GAESHI
O UCHI GAESHI

TE WAZA

SUMI OTOSHI
KIBISU GAESHI
KO UCHI GAESHI

SUTEMI WAZA

O SOTO MAKIKOMI
UCHI MATA MAKIKOMI
HANE MAKIKOMI
HARAI MAKIKOMI
TAWARA GAESHI

NOTA: Per "*diferents desplaçaments*" s'entén per tres o quatre, depenent de la tècnica.

KATAME WAZA

1. **SHIME WAZA**. Es preguntaran aquestes tècniques d'escanyament en situació de randori, realitzant diverses formes diferents de cadascuna d'elles:

SODE GURUMA JIME
KATATE JIME

2. **KANSETSU WAZA**. Es preguntarà aquesta tècnica de luxació en situació de randori, realitzant diverses formes:

UDE HISHIGI SANKAKU GATAME

KATA

1. **KIME NO KATA**. Demostració del Kime No Kata complet, cerimonial inclòs.
-



FEDERACIÓ CATALANA DE JUDO

AIKIDO - DEFENSA PERSONAL - JIU JITSU
KENDO - WU SHU

QUALIFICACIÓ FINAL

Aclariment:

La **qualificació final** sortirà de la **mitja aritmètica** de la **part tècnica** (Fonaments, Nage-Waza, Katame-Waza) **i el kata**, sempre que aquestes dues notes obtinguin la puntuació mínima d'aprovat (cinc).

L'aspirant suspès haurà de **repetir només la part suspesa de l'examen en la següent convocatòria** que es presenti.