

NOTA ACLARATORIA EXAMENS PAS DE GRAU DE JUDO

En aquesta nota volem aclarir alguns dels dubtes que teniu i ens heu fet arribar per tal de deixar clar de la millor manera possible tot els dubtes.

En l'apartat de Nage-waza referent al Tokui-waza

Uchikomis	S'ha de realitzar 4 o 5 uchikomis des de una posició estàtica de uke i 4 o 5 amb moviment.
Desplaçaments	S'ha de realitzar la tècnica escollida del Tokui-waza en tantes direccions com marca la fulla d'examen pertinent.
Renraku-waza abans del tokui-waza	S'han de combinar dues tècniques diferents essent la última la escollida com a Tokui-waza
Renraku-waza després del tokui-waza	S'han de combinar dues tècniques diferents essent la primera la escollida com a Tokui-waza
Renzoku-waza	S'ha de repetir varies vegades la tècnica escollida com a Tokui-waza. Per exemple: Uchi-mata-ken-ken Tai-otoshi --> Tai-otoshi
Defensa	Es refereix a quan realitzes un bloqueig o una esquiva a un atac de uke. Sense acabar projectant.
Contraatac	Quan uke realitza un atac, tori realitza un Gaeshi.
Encadenament peu-terra	S'ha de projectar del Tokui-waza i continuar al terra finalitzant amb un osaekomi-waza, Kansetsu-waza o Shime-waza.



NOTA ACLARATORIA EXAMENS PAS DE GRAU DE JUDO

En l'apartat de Katame-waza referent al Tokui-waza

Forma fonamental	S'ha de realitzar la tècnica especial de Judo terra escollida de la forma bàsica com apareix als vídeos de la IJF.
Moviments d'atac des de diferents posicions	S'ha de realitzar tants moviments d'atac com marca la fulla d'examen corresponent en diferents posicions per acabar finalitzant del Tokui-waza escollit. Exemple si n'he de fer 4: 1 Uke en posició quadrupèdica o panxa terra – Tori enfront 2 Uke en posició quadrupèdica o panxa terra – Tori lateral 3 Uke d'esquena a terra – Tori entre les seves cames 4 Tori d'esquena a terra – Uke entre les seves cames
Combinació amb altres tècniques	Partint de la posició bàsica de la tècnica escollida, a diferents reaccions per part de uke, s'ha de combinar per finalitzar amb una altra tècnica diferent. El nombre de combinacions diferents esta delimitat en cada fulla d'examen de Dan.
Defensa (en funció de la tècnica aplicada)	En aquest apartat ens referim a diferents formes de defensar-se per tal que Uke no arribi a realitzar a Tori la tècnica escollida.
Sortida (en funció de la tècnica aplicada)	En aquest apartat Uke ha aconseguit realitzar la tècnica escollida a Tori i aquest ha de mostrar tantes formes com indiqui el seu examen per poder sortir d'aquesta tècnica.

NOTA ACLARATORIA EXAMENS PAS DE GRAU DE JUDO

En l'apartat del Kata

Per 1r DAN

Indiquem al tribunal quins grups farem de Tori i quin farem de Uke. S'iniciarà sempre realitzant els dos grups escollits per fer de Tori.

La cerimònia d'obertura es farà sempre abans de la realització del 1r grup (Te-waza).

Combinacions possibles:

Te-waza + Koshi-waza (Tori) Ashi-waza (Uke)	Iniciem amb la cerimònia inicial + obrim kata + Te-waza + koshi-waza + ritsu-rei Canviem de posicions Ritsu-rei + Ashi-waza + ritsu-rei
Te-waza + Ashi-waza (Tori) Koshi-waza (Uke)	Iniciem amb la cerimònia inicial + obrim kata + Te-waza + Ashi-waza + ritsu-rei Canviem de posicions Ritsu-rei + Koshi-waza + ritsu-rei
Koshi-waza + Ashi-waza (Tori) Te-waza (Uke)	Entrem als 4 metres + ritsu-rei + Koshi-waza + Ashi-waza + ritsu-rei Canviem de posicions Cerimònia inicial + obrim kata + Te-waza + ritsu-rei

Per la resta de DAN

Indiquem al tribunal quin grup s'ha escollit per realitzar com uke.

La cerimònia inicial sempre es farà quan es realitzi el 1r grup corresponent al Kata a realitzar.

La cerimònia final sempre es farà quan es realitzi l'últim grup corresponent al Kata a realitzar.

Les cerimònies es realitzaran en la posició de Tori o Uke en que estigui el candidat en aquell moment.

Quan s'hagi de començar o acabar amb un grup que no hi ha cerimònia es realitzarà un ritsu-rei.

Recordem que els ritsu-rei que nombrem van dirigits al costat del tribunal.