

Judoschool Appels exameneisen 5^e kyu (gele band)

Onderdeel	Technieken
Ukemi-waza	Voorwaarts en achterwaarts
Ashi-waza	O-soto-gari O-uchi-gari De-ashi-barai
Goshi-waza	Uki-goshi O-goshi Tsurigoshi
Kata-waza	Ippon-seoi-nage
Te-waza	Geen
Osae-waza	Kesa-gatame Kata-gatame Kami-shiho-gatame Yoko-shiho-gatame Tate-shiho-gatame
Kanteltechnieken	Rechts in de nek Links in de nek
Kansetsu-waza (vanaf -18 jaar)	Geen
Shime-waza (vanaf -15 jaar)	Geen

Voorwaarden om deel te kunnen nemen aan het examen: een respectvolle omgang naar de omgeving. Er moet een voldoende beheersing van de technieken zijn. Ook moet een judoka een actieve houding in de les laten zien.

