



HOJA DE EXAMEN PARA 5º DAN DE JUDO

CANDIDATO DON: _____

1.- **FUNDAMENTOS JUDO PIE:**

El candidato explicará y demostrará un Fundamento del programa, a elección del Tribunal:

2.- **TOKUI-WAZA:** Técnica de Judo Pie que presentará el candidato, y que deberá desarrollar ampliamente, en estático, con varios desplazamientos, combinaciones, encadenamientos, defensas y contras.

3.- **NAGE WAZA:** El candidato realizará las técnicas en estático y en varios desplazamientos diferentes.

UCHI-MATA-GAESHI

HANE-GOSHI-GAESHI

UCHI-MATA-SUKASHI

HARAI-GOSHI-GAESHI

TSUBAME-GAESHI

YOKO-WAKARE

DAKI-WAKARE

HIKIKOMI-GAESHI

YAMA ARASHI

OBI OTOSHI

4.- **FUNDAMENTOS JUDO SUELO:**

El candidato explicará y demostrará un Fundamento del programa, a elección del Tribunal:

5.- **TOKUI-WAZA:** Técnica de Judo Suelo que presentará el candidato, y que deberá desarrollar ampliamente con movimientos de ataque, salida y defensa.

6.- **NE WAZA:**

SANKAKU JIME. _____

UDE HISHIGI ASHI GATAME. _____

UDE HISHIGI TE GATAME. _____

6.- **KATA:**

IJUNO KATA: Realizarlo completo de TORI. _____

TRIBUNAL DE EXAMEN:

POR FAVOR, NO SE OLVIDE DE ANOTAR AL LADO DE CADA TÉCNICA LOS FALLOS OBSERVADOS.

FIRMADO: DON /DOÑA _____ Resultado _____