

Graderingsprotokoll 1 KYU BRUNT BÄLTE		1	2	3	4
Kihon waza, jigo waza, renraku waza, randori					
Transport poäng					
JIGO WAZA					
1. Grepp i håret med två händer och knästö	Gedan juji uke, waki gatame, ude osae gatame				
2. Stryptag från sidan	Harai goshi, ude hishigi hiza gatame				
3. Stryptag bakifrån	Jodan chikai uke, sukui nage, ude hishigi hiza gatame				
4. Stryptag med armen med drag	O soto otoshi, ude hishigi hiza gatame				
5. Kravattgrepp framifrån	Chudan tski, kote hineri, ude henkan gatame				
6. Kravattgrepp med nedbrytning i sidled	Frigöring, ude henkan gatame				
7. Grepp i kläderna med tryck	Kote mawashi, ude osae gatame				
8. Flera svingslag mot liggande sittande på magen	Jodan chikai uke, frigöring				
9. Hotfullt närmande mot liggande	Uppgång framåt, jodan chikai uke hiza kansetsu waza				
10. Hotfullt uppträdande	Hara osae, ude henkan gatame				
11. Kort svingslag	Jodan chikai uke, uki otoshi, ude henkan gatame				
12. Kort svingslag	Jodan chikai uke, ko uchi gari				
13. Rak spark mot magen	Gedan uchi uke, irimi nage, ude henkan gatame				
14. Påkslag mot huvudet forehand och backhand	Tsuru ashi, ayumi ashi, ju jodan uchi uke, irimi nage, ude hishigi hiza gatame				
15. Påkslag mot huvudet backhand och forehand	Tsuru ashi, ayumi ashi, morote jodan uke, o soto osae, ude hishigi hiza gatame				
16. Grepp och knivhot mot halsen, höger sida	Grepp waki gatame, ude hiza osae gatame				
17. Knivhot mot halsen bakifrån med höger arm	Maesabaki, kuzure ude osae, ude hiza osae gatame				
18. Knivhot mot halsen bakifrån med vänster arm	Maesabaki, kuzure ude garami, kote gaeshi ude hishigi hiza gatame				
19. Två motståndare, svingslag och svingslag	Morote jodan uke, hiza geri, tai guruma morote jodan uke, hiza geri, tai guruma				
RENRAKU WAZA					
1. Stryptag bakifrån - O soto otoshi ude hishigi hiza gatame	Valfri jigo waqza anpassad efter ukes agerande				
2. Grepp om nacken och en knästöt - Gedan juji uke, frigöring	Valfri jigo waza anpassad efter ukes agerande				
3. Livtag över armarna framifrån - O goshi, ude hishigi hiza gatame	Valfri jigo waza anpassad efter ukes agerande				
RANDORI					
1. Försvar mot en motståndare					
2. Försvar mot en motståndare					
3. Försvar mot en motståndare					
Datum	Examinator	Poäng			