

SININEN VYÖ 2. KYU

Vyökokeeseen ohjaajan hyväksyntä sekä vähintään:

- 12 kuukautta vihreänä vyönä
- 110 harjoituskorttiin merkittyä harjoituskertaa vihreänä vyönä
- viisi (5) passiin merkittyä valtakunnallista leiriä

PERUSTEKNIIKAT

LYÖNNIT JA POTKUT

Lyönnit

- kagitsuki (alakoukku)
- tetsui (nyrkinpohjalyönti)

Potkut

- uramawashigeri (vastakiertopotku)
- kakatogeri (kantapääpotku)
- ushiro mikatsukigeri (takapyörähdyspotku)

LYÖNTI- JA POTKUKOMBINAATIOT

- oitsuki - mawashigeri - gyakutsuki - kagitsuki
- sokutogeri - gyakutsuki - mawashitsuki - uramawashigeri - mikatsukigeri
- maegeri - mawashigeri (ilman palautusta)

HEITOT

- ouchigari (sisäpuolinen lakaisu)
- ippon seoinage (olkaheitto)
- tomoenage (kaariheitto)
- uranage (takaheitto)
- sasae tsurikomiachi (jalan pysäytys-veto-nosto)
- hidari taiotoshi (ruumiin pudotus vasemmalle puolelle)

HEITTOKOMBINAATIOTEKNIIKAT

- kouchigari - ouchigari
- osotogari - uranage
- ouchigari - tomoenage

HALLINTA MAASSA

- katagatame (olkasidonta)
- katajūjime (puoliristikuristus)

KULJETUSOTTEET

- rannelukko (apurin kanssa ja yksin)
- kuristusote

TORJUNNAT PAMPULLA

- sivuille: lyöntitorjunta ja vastapisto
- ylös: lyöntitorjunta ja vastapisto

JU-JUTSUTEKNIIKAT

1. KÄSIOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: kämmensyrjälyönti + olkaheitto + lukko (juji-gatame) 11
- takaa: etupotku + kantapäapotku + lukko 12

2. KURISTUSOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: alakoukku +olkaheitto + lukko (juji-gatame)
- takaa: takaheitto + kierähdys päälle + lyönti
- sivulta: kämmensyrjälyönti + sisäpuolinen lakaisu + potku
- niskalenkki: alakoukku + takaheitto + kierähdys päälle + lyönti
- garotti edestä: olkalukko
- garotti takaa: jalkakaato molemmista jaloista + lyönti

3. OTTEESTA VAPAUTUMINEN

- ote kauluksesta takaa: rystilyönti + takaheitto + potku

4. SYLEILYOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: polvipotku + sisäpuolinen lakaisu + potku
- sivulta: lyönti päällä + olkaheitto + lukko 6

5. VAPAUTUMISET KURISTUKSISTA MAASSA

- sivulta: hiza gatame (lukko polvella)
- jalkojen välistä: painaminen korvien takaa + katajujijime (puoliristikuristus)

6. LYÖNTITORJUNNAT

- sisäpuolinen torjunta + kämmensyrjälyönti + sisäpuolinen lakaisu + potku
- ulkopuolinen torjunta + alakoukku + olkaheitto + lukko (juji-gatame)
- ulkopuolinen torjunta + kämmensyrjälyönti + kaariheitto + kierähdys päälle
- ulkopuolinen torjunta + alakoukku + takaheitto + kierähdys päälle + lyönti

7. POTKUTORJUNNAT

- etupotkutorjunta: ulkopuolinen alatorjunta + pyyhkäisy
- kiertopotkutorjunta: sisäpuolinen alatorjunta + jalan pysäytys-veto-nosto

8. PAMPPUTORJUNNAT

- sivulta: torjunta + polvipotku kyynärpäähän
- sivulta: kaariheitto
- sivulta: jalan pysäytys-veto-nosto
- ylhäältä: olkaheitto

9. VEITSITORJUNTA

- alhaalta: sisäpuolinen torjunta + kyynärlukko + etupotku + kantapäapotku + lukko

10. PISTOOLITORJUNTA

- vasemmalta sivulta: torjunta + sormilukko alas viennillä

11. JU-JUTSURANDORIT

12. HOKUTORYUOTTELU