

HOKUTORYU JUNIOREIDEN SINISEN VYÖN VAATIMUKSET (2. MON)

I natsa

ETIKETTI

- asiallinen käytös ja tapatuntemus

PERUSTEKNIIKAT

TSUKI WAZA (LYÖNNIT)

- mawashitsuki (kierto- eli koukkulyönti)
- uraken (rystylyönti)

GERI WAZA (POTKUT)

- ushirogeri (takapotku)
- surikomi sokutogeri (sivupotku askeleella)

NAGE WAZA (HEITOT/KAADOT)

- kubinage (niskaheitto)

JU-JUTSUTEKNIIKAT (merkintä: kyu. hyökkäys. tekniikka)

1. KÄSIOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: maegeri (etupotku) + kotegaeshi + lukko 4 (3.1.1)
- kaksi vastustajaa: ushirogeri (takapotku) + maegeri (etupotku) + lukko 1 (3.1.3)
- ristikädestä oikea tarttuu oikeaan: morote jodanuke + ikkyu + lukko 2 (4.9.1 sovellettu)

2. OTTEESTA VAPAUTUMINEN

- ote kauluksesta takaa: uraken + alas vienti udegatamalla (kynärlukolla) + lukko 8 (3.4.2)

3. KURISTUSOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: kubinage + lukko 6 (3.3.1)

II natsa

PERUSTEKNIIKAT

TSUKI WAZA (LYÖNNIT)

- haito (käden sisäsivulyönti)

GERI WAZA (POTKUT)

- ushiro mawashigeri (takakiertopotku)

NAGE WAZA (HEITOT/KAADOT)

- osotogari (ulkopuolinen lakaisu)

JU-JUTSUTEKNIIKAT (merkintä: kyu. hyökkäys. tekniikka)

5. OTTEESTA VAPAUTUMINEN

- ote rinnoista lyönnillä: osotogari + lukko 2 (3.4.1)

6. LYÖNTITORJUNNAT

- jodan uchiuke (ulkopuolinen torjunta) + haito + osotogari + lukko 2 (4.7.1)

Vyökokeeseen vaaditaan suoritettujen kahden natsan lisäksi 60 harjoitusmerkintää. Tempukortin tehtävistä 16–30 tulee olla suoritettuna 10 erilaista tehtävää.

PERUSTEKNIIKAT

ASENTO JA LIIKKUMINEN

- mattokamppailun perusliikkumista (guardista selkään meno; ristikkäisestä kädestä veto, vastatekniikkana karhun käyntiin nousu ja ravistus)

TSUKI WAZA (LYÖNNIT) JA GERI WAZA (POTKUT)

- aiempien lyöntien ja potkujen yhdistäminen 3-4 tekniikat sarjoissa ohjaajan näytön mukaan

NAGE WAZA (HEITOT/KAADOT)

- haraigoshi (pyyhkäisevä lonkka)
- shionage (neljän suunnan heitto)

JU-JUTSUTEKNIIKAT (merkintä: kyu. hyökkäys. tekniikka)

7. KÄSIOTTEESTA VAPAUTUMINEN

- edestä kaksin käsin: shionage + lukko 3

8. SYLEILYOTTEISTA VAPAUTUMISET

- sivulta: haraigoshi (pyyhkäisevä lonkka) + lukko 6 (3.5.2)

9. LYÖNTITORJUNNAT

- jodan uchiuke + shuto + hizageri + haraigoshi + lukko 6 (3.7.3)

Vyökokeeseen sisältyy kaikki 2. mon tekniikat.

I ja II Natsan tekniikoita kysytään vyökokeessa.

RANDORIT

1. JU-JUTSURANDORI

2. MATTOKAMPPAILU

3. LYÖNTI-POTKU –KEVYTKONTAKTIOTTELU