

HOKUTORYU JU-JUTSU

SININEN VYÖ, 2. KYU



Vyökokeeseen osallistumiseen ohjaajan hyväksyntä ja passi

- asiallinen käytös, tapatuntemus
- hokutoryu ju-jutsu lojaalisuus, luonne, rohkeus
- vähintään kaksitoista (12) kuukautta vihreänä vyönä
- vähintään sata (100) harjoituskertaa vihreänä vyönä
- vähintään viisi (5) passiin merkittyä valtakunnallista leiriä

PERUSTEKNIIKAT

1. LYÖNNIT (tsuki-waza)

- edellisten vöiden tekniikat, liikkeessä
- nyrkinpohjalyönti (tetsui)

2. POTKUT (geri-waza)

- edellisten vöiden tekniikat, liikkeessä
- takakiertopotku (ushiro-mawashi-geri)
- vastakiertopotku (ura-mawashi-geri)
- takapyörähdyspotku (ushiro-mikatsuki-geri)

3. LYÖNTI- JA POTKUKOMBINAATIO TEKNIIKAT

- lyöntien ja potkujen yhdistely, sparring

4. HEITOT (nage-waza)

- edellisten vöiden tekniikat, liikkeessä
- sisäpuolinen lakaisu (o-uchi-gari)
- olkaheitto (ippon-seoi-nage)
- pyyhkäisevä lonkka (harai-goshi)
- kaariheitto (tomoe-nage)
- ruumiin pudotus vasemmalle puolelle (hidari tai-otoshi)

5. HEITOKOMBINAATIO TEKNIIKAT

- heittojen yhdistely, sparring

6. TEKNIIKAT MAASSA (ne-waza)

- edellisten vöiden tekniikat
- giljotiinikuristus (ma-hadaka-jime)
- nilkkalukko (ashi-garami)

7. KULJETUSOTTEET

- tehdään apurin kanssa
- hanhenkaula-rannelukko (kuzure-kota-gaeshi-gatame)

8. TORJUNNAT PAMPULLA

- sisä- ja ulkopuolelle, lyöntiä vastaan: lyöntitorjunta ja vastapisto
- ylhäältä tulevaa lyöntiä vastaan: lyöntitorjunta ja vastapisto
- alapotkua vastaan: lyöntitorjunta ja vastapisto
- kiertopotkua vastaan: lyöntitorjunta ja vastapisto

JU-JUTSUTEKNIIKAT

- edellisten vöiden tekniikat hallittava

1. KÄSIOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: kämmensyrjälyönti, olkaheitto + lukko 11
- takaa: käännös, etupotku, kantapäätötku + lukko 12

2. KURISTUSOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: alakoukku, olkaheitto + lukko 11
- sivulta: kämmensyrjälyönti, sisäpuolinen lakaisu + potku
- kyynärvarsikuristus: olkaheitto alas + lukko 11

3. SYLEILYOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: polvipotku, sisäpuolinen lakaisu + potku
- sivulta: pyyhkäisevä lonkka + lukko 6
- sivulta: lyönti päällä, olkaheitto + lukko 11

4. LYÖNTITORJUNNAT

- takakäden torjunta sisäpuolelta, kämmensyrjälyönti, sisäpuolinen lakaisu + potku
- torjunta ulospäin, alakoukku, olkaheitto + lukko 11
- torjunta ulospäin, nyrkinpohjalyönti, kaariheitto, kierähdys päälle + lyönti
- torjunta ulospäin, kämmensyrjälyönti, polvipotku, pyyhkäisevä lonkka + lukko 6
- torjunta ulospäin, alakoukku + pystygiljotiini

5. POTKUTORJUNNAT

- takajalan etupotku: alatorjunta ulkopuolelta, pyyhkäisy, kantapäätötku
- etujalan kiertopotkutorjunta: alatorjunta ulospäin, ulkopuolinen pudotus + lyönti
- takajalan etupotku: alatorjunta sisäpuolelta, sisäpuolinen lakaisu + nilkkalukko pystyssä

6. PAMPPUTORJUNNAT

- rystypuolelta: kahden käden torjunta + polvipotku kyynärpäähän
- ylhäältä: ylätorjunta, olkaheitto + lukko 1

7. VEITSITORJUNNAT

- alhaalta: takakäden torjunta sisäpuolelta, etupotku, kantapäätötku + lukko 12 ja veitsi pois

8. TEKNIIKAT MAASSA

- giljotiinikuristus suljetusta sidonnasta
- ristilukko kaariheiton alasviennistä
- vastaliike kahden käden jalkakaatoon ja takasidonta

RANDORIT

- lyönnein ja potkuin
- heitoin
- matossa
- vapautumisottein
- lyömäasetta vastaan

HOKUTORYU-OTTELU

- asento, liikkuminen, väistöt/torjunnat
- pystykamppailu, lyönnit/potkut, heitot/kaadot
- mattokamppailu, kuristukset/lukot
- asenne, luonne, rohkeus