

HOKUTORYU JU-JUTSU

ORANSSI VYÖ, 4. KYU



Vyökokeeseen ohjaajan hyväksyntä ja passi

- asiallinen käytös, tapatumemus
- lojaalisuus ohjaajaa, seuraa ja tyyliuuntaa kohtaan
- vähintään kuusi (6) kuukautta keltaisena vyönä
- vähintään neljäkymmentä (40) harjoituskorttiin merkittyä harjoituskertaa keltaisena vyönä
- vähintään yksi (1) passiin merkitty valtakunnallinen leiri, mutta tämän vyöasteen osalta valtakunnallinen leiri, jossa vyökoe suoritetaan, voi olla ensimmäinen passiin merkittävä leiri.

PERUSTEKNIIKAT

1. KAAATUMISTEKNIIKAT (ukemi-waza)

- edellisen vyön tekniikat
- rullaava kova eteenpäin alas jääden
- pudotus eteenpäin
- rullaava kova taaksepäin

2. LYÖNNIT (tsuki-waza)

- edellisen vyön tekniikat, liikkeessä
- kyynärpäälyönti (empi)
- rystylyönti (uraken)
- kämmensyrjälyönti (shuto)
- kämmentyviilyönti (teisho)

3. POTKUT (geri-waza)

- edellisen vyön tekniikat, liikkeessä
- polvipotku vartaloon (hiza-geri)
- kiertopotku vartaloon (mawashi-geri)
- sivupotku eteen ja sivulle polveen (sokuto-geri)

4. TORJUNNAT (uke-waza)

- edellisen vyön tekniikat
- torjunta ulkopuolelta (chudan soto-uke)
- ylätorjunta (jodan-uke)
- alatorjunta sisäpuolelta (gedan-uchi-uke)

5. NIVELTEKNIIKAT (kansetsu-waza)

- kyynärlukko, 1.muoto (ikkyu)
- rannelukko, 2.muoto (nikkyu)
- rannekaato (kote-gaeshi)

6. HEITOT JA KAADOT (nage-waza)

- ulkopuolinen pudotus (o-soto-otoshi)

7. TEKNIIKAT MAASSA (ne-waza)

- edellisen vyön tekniikat
- ristilukko (juji-gatame)
- kiedottu käsilukko (ude-garami)

JU-JUTSUTEKNIIKAT

- edellisen vyön tekniikat
- puolustautuja aloittaa jalat rinnakkain

1. KÄSIOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: kyynärlukko + lukko 2
- takaa: rannekaato + lukko 4

2. KURISTUSOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä: alasvienti kyynärlukolla + lukko 2
- takaa: rystylyönti, alasvienti kyynärlukolla + lukko 2
- kyynärvarsi: ulkopuolinen pudotus + lukko1

3. SYLEILYOTTEISTA VAPAUTUMISET

- hyökkäykset käsien päältä
- edestä: ulkopuolinen pudotus + lukko1
- takaa: kyynärlukko alasviennillä + lukko 5

4. RINNUSOTTEESTA VAPAUTUMINEN

- edestä oikealla kiinni ja lyönti vasemmalla: torjunta ulospäin, kämmensyrjälyönti, kyynärlukko alasviennillä + lukko 2
- molemmilla käsillä: rannelukko, kyynärlukko alasviennillä + lukko 2

5. LYÖNTITORJUNNAT

- oikean käden koukku: torjunta ulospäin, kämmentyviilyönti, ulkopuolinen pudotus + lukko 1

6. POTKUTORJUNNAT

- takajalan etupotkua vastaan: alatorjunta sisäpuolelta + takakäden lyönti

7. PAMPPUTORJUNNAT

- rystyspuolelta askeleen kanssa: kahden käden torjunta, kyynärlukko alasviennillä + lukko 2, pamppu pois
- kämmenpuolelta askeleen kanssa: kahden käden torjunta, kyynärpäälyönti vartaloon, kyynärlukko alasviennillä + lukko 2, pamppu pois
- ylhäältä askeleen kanssa: ylätorjunta, kämmentyviilyönti, painaminen vartalolla, kyynärlukko alasviennillä + lukko 2, pamppu pois

8. VEITSITORJUNNAT

- suora askeleella: torjunta ulkopuolelta, rannekaato + lukko 4, veitsi pois
- ylhäältä askeleella: väistö, rannekaato + lukko 4, veitsi pois

9. TEKNIIKAT MAASSA

- vasen jalka edessä: nilkkakaato, potku, rullaavasti ylös
- kuristus maassa, sivulta: polvipotku, ristilukko, taaksepäin rullaten ylös
- ristilukko aloittaen vastustajan päältä
- kiedottu käsilukko aloittaen niskasidonasta
- kiedottu käsilukko jaloilla aloittaen niskasidonasta

JU-JUTSURANDORIT

- lyönnein ja potkuin
- heitoin
- matossa
- vapautumisotteet