

HOKUTORYU

JUNIORI JU-JUTSU

SININEN VYÖ 2. MON



Vyökokeeseen ohjaajan hyväksyntä ja passi. Vihreällä vyöllä vähintään 12 kk sekä vähintään 70 harjoitusmerkintää. Vähintään 1 passiin merkitty valtakunnallinen leiri. Ennen vyökoetta tulee olla 2 natsaa, myöntöperusteisiin on erillinen ohje. Temppukortista tehtävistä 16–30 vähintään 8 tehtävää suoritettuna. Koe suoritetaan valtakunnallisella leirillä, jonka leirimerkintä lasketaan vaadittavaksi leiriksi.

ETIKETTI (salikäyttäytyminen)

- Lajin edellyttämä asiallinen käytös
- Hokutoryu luonne ja rohkeus

PERUSTEKNIIKAT

(merkintä: kyu. tekniikkaryhmä. tekniikka)

TSUKI-WAZA TO GERI-WAZA / LYÖNNIT JA POTKUT

Lyönnit

- shuto / kämmensyrjälyönti (4.2.4)
- kagi-tsuki / alakoukku (3.1.3)

Potkut

- kakato-geri / kantapääpotku (3.2.4)
- ushiro-mawashi-geri / takakiertopotku (2.2.2)
- aiempien lyöntien ja potkujen yhdistely 3–4 sarjoissa

KANSETSU WAZA / NIVELTEKNIIKAT

- nikkiyu /2. muoto; rannelukko (4.5.2)

NAGE-WAZA / HEITOT JA KAADOT

- ippon-seoi-nage / olkaheitto (2.4.3)
- harai-goshi / pyyhkäisevä lonkka (2.4.4)

JU-JUTSUTEKNIIKAT

1. KÄSIOTTEISTA VAPAUTUMISET

- edestä – kämmensyrjälyönti, olkaheitto, lukko nro 11 (juji-gatame) (2.1.1)
- takaa – käännös, etupotku, kantapääpotku, lukko nro 12 (2.1.2)

2. KURISTUKSESTA VAPAUTUMISET

- edestä – alakoukku, olkaheitto, lukko nro 11 (juji-gatame) (2.2.1)

3. OTTEISTA VAPAUTUMISET

- rinnusotteesta vapautuminen molemmilla käsillä – nikkyu, ikkyu, lukko nro 2 (4.4.2)
- takaa kauluksesta – rystylyönti, alasvienti kyynärlukolla (ude-gatame), lukko nro 8 (3.5.1)

4. SYLEILYOTTEET

- sivulta – pyyhkäisevä lonkka, lukko 6 (2.3.2)

5. LYÖNTITORJUNTA

- takakäden koukkulyönti – jodan uchi-uke, kämmensyrjälyönti, polvipotku, pyyhkäisevä lonkka, lukko 6 (2.4.4)

6. TEKNIIKAT MAASSA

- ude-garami sivulta/ kiedottu käsilukko (4.9.4)
- vastaliike kahden käden jalkakaatoon ja takasidonta (2.8.3)

7. RANDORIT

8. HOKUTORYU-OTTELU