



EXAMEN TÉCNICO DE JUDO CINTO NEGRO 2º DAN

Vía competición

Vía técnica

Vía libre

Nombre: _____

TACHI-WAZA

Apto de 10 - 18 pts.

Fundamentos (Kihon):

CHIKARA NO OYO	Fundamentos de 1º Dan		
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

TOKUI WAZA: Técnica de judo pie que presentará el candidato, y que deberá desarrollar ampliamente con varios desplazamientos, combinaciones, encadenamientos, defensas y contras.

Mal Regular Bien EXCELENTE

NAGE-WAZA: Las técnicas se realizarán en estático y dos desplazamientos.

Ashi-waza:

Ko-uchi-gari	Ko-soto-gari	Ko-soto-gake	Ashi-guruma
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Koshi-waza:

Koshi-guruma	Tsuri-goshi	Hane-goshi	Formas de Tsuru-komi-goshi
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Ma sutemi-waza:

Tomoe-nage	Ura-nage	Sumi-gaeshi	
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Yoko sutemi-waza:

Yoko-gake	Yoko-guruma	Uki-waza	
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

NE-WAZA

Apto de 8 - 15 pts.

Fundamentos (Kihon): El tribunal preguntará un fundamento.

BASES DE LAS SALIDAS INMOVILIZACIONES	MOVIMIENTOS BASICOS DE ATAQUE: Tori boca arriba y boca abajo	ACCIONES PROHIBIDAS EN NE-WAZA	
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

TOKUI WAZA: Técnica de judo suelo que presentará el candidato, y que deberá desarrollar ampliamente con movimientos de ataque, salida y defensa.

Mal Regular Bien EXCELENTE

NE WAZA: El candidato realizará las técnicas desde dos posiciones.

Shime-waza:

Okuri-eri-jime	Kata-ha-jime		
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Kansetsu-waza:

Ude-hishigi-waki-gatame	Ude-hishigi-ude-gatame		
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Osae-waza:

Kuzure-kesa-gatame	Kata-gatame	Kuzure-kami-shiho-gatame	
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

KATA

Apto de 10 - 24 ptos.

El tribunal preguntará un grupo de Tori y otro de Uke

NAGE NO KATA		MAL	REGULAR	BIEN	EXCELENTE	Puntuación
TÉCNICAS		0	1	2	3	
1	CEREMONIA DE APERTURA					
2	TE-WAZA	UKI OTOSHI				
3		SEOI NAGE				
4		KATA GURUMA				
5	KOSHI-WAZA	UKI GOSHI				
6		HARAI GOSHI				
7		TSURIKOMI GOSHI				
8	ASHI-WAZA	OKURI ASHI HARAI				
9		SASAE TSURIKOMI ASHI				
10		UCHIMATA				
11	MA SUTEMI WAZA	TOMOE NAGE				
12		URA NAGE				
13		SUMI GAESHI				
14	YOKO SUTEMI WAZA	YOKO GAKE				
15		YOKO GURUMA				
16		UKI WAZA				
17	CEREMONIA DE CIERRE					
TOTAL PUNTUACIÓN KATA						

PUNTUACIÓN TOTAL EXAMEN		TOTAL	APTO/ NO APTO
PUNTUACIÓN TACHI-WAZA	Apto de 10 - 18 ptos.		
PUNTUACIÓN NE-WAZA	Apto de 8 - 15 ptos.		
KATA	Apto de 10 - 24 ptos.		

RESULTADO TOTAL EXAMEN 2º DAN: _____

Nota: Es obligatorio conseguir la puntuación mínima en cada bloque para superar el examen. En el caso que en un bloque no llegue al mínimo exigido no será apto, teniendo que recuperar dicho bloque.
 Todos aquellos candidatos que tengan todos los bloques superados con la nota mínima o más serán APTOS.

PUNTUACIÓN:

Mal = 0 Puntos

Regular = 1 Punto

Bien = 2 Puntos

EXCELENTE = 3 Puntos

TRIBUNAL:

D.

FIRMA

D.

FIRMA

D.

FIRMA

Valencia, de

de

OBSERVACIONES: