



FEDERACIÓN VALENCIANA DE JUDO Y D.A.  
Calle Daniel Balaciart, 4 · 1º – Oficina 7  
46020 - VALENCIA

## EXAMEN TÉCNICO DE JUDO CINTO NEGRO 4º DAN

Vía competición

Vía técnica

Vía libre

Nombre: \_\_\_\_\_

### TACHI-WAZA

Apto de 10 - 18 pts.

#### Fundamentos (Kihon):

Bases del Kaeshi-waza	Fundamentos de 1º DAN, 2º DAN y 3º 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:	O-soto-guruma	O-soto-gaeshi	O-uchi-gaeshi
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Te-waza:	Sumi-otoshi	Ko-uchi-gaeshi	Kibishu-gaeshi
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Ma-sutemi-waza:	Tawara-gaeshi		
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Yoko-sutemi-waza:	O-soto-makikomi	Hane-makikomi	Harai-makikomi	Uchi-mata-makikomi
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>	

### NE-WAZA

Apto de 6 - 12 pts.

**Fundamentos (Kihon):** El tribunal preguntará un fundamento.

BASES DE OSAE-WAZA	SALIDAS DE OSAE-WAZA	MOVIMIENTOS BÁSICOS DE DEFENSA	BASES DE LAS ESTRANGULACIONES
SALIDAS DE LAS ESTRANGULACIONES		MOVIMIENTOS BÁSICOS DE ATAQUE	BASES DE LAS LUXACIONES
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:	Sode-guruma-jime	Katate-jime	
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

Kansetsu-waza:	Ude-hishigi-sankaku-gatame		
Mal <input type="checkbox"/>	Regular <input type="checkbox"/>	Bien <input type="checkbox"/>	EXCELENTE <input type="checkbox"/>

## El tribunal preguntará un grupo de Tori y otro de Uke

KIME NO KATA		MAL	REGULAR	BIEN	EXCELENTE	Puntuación
TÉCNICAS		0	1	2	3	
1	CEREMONIA DE APERTURA					
2	1º GRUPO - IDORI	RYOTE DORI				
3		TSUKKAKE				
4		SURI AGE				
5		YOKO UCHI				
6		USHIRO DORI				
7		TSUKKOMI				
8		KIRI KOMI				
9		YOKO TSUKI				
10		2º GRUPO - TACHI-AI	RYOTE DORI			
11	SODE DORI					
12	TSUKKAKE					
13	TSUKI AGE					
14	SURI AGE					
15	YOKO UCHI					
16	KE AGE					
17	USHIRO DORI					
18	TSUKKOMI					
19	KIRI KOMI					
20	NUKI GAKE					
21	KIRI OROSHI					
22	CEREMONIA DE CIERRE					
TOTAL PUNTUACIÓN KATA						

PUNTUACIÓN TOTAL EXAMEN		TOTAL	APTO/ NO APTO
PUNTUACIÓN TACHI-WAZA	Apto de 10 - 18 pts.		
PUNTUACIÓN NE-WAZA	Apto de 6 - 15 pts.		
KATA	Apto de 16 - 39 pts.		

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:**