



FEDERACIÓN DE JUDO Y D. A.
COMUNIDAD VALENCIANA

circular nº 16

27-03-2017

Examen Cinto Negro (Sin Dan)

La Escuela Federativa Autonómica, con el objetivo de abordar la problemática de algunos adolescentes y adultos que llevan años practicando judo desde la perspectiva de la recreación, salud, etc, y que se encuentran estancados en el cinto marrón, establece la vía del cinto negro, como paso previo al cinto negro primer Dan, apostando por la integración y mayor identificación de este colectivo con el judo apoyándoles para conseguir "SER CINTURON NEGRO".

El Negro SIN DAN es un grado más después del marrón y que dará acceso al PRIMER DAN para todos aquellos que quieran seguir progresando en el judo.

DOCUMENTACION A PRESENTAR

El proceso administrativo para el examen será el que establecido para el acceso a PRIMER DAN:

- ✓ Hoja de inscripción del Club
- ✓ Fotocopia RPCN
- ✓ Fotocopia del carnet de grados
- ✓ Una foto en formato jpg para el carné de cinto negro.
- ✓ Fotocopia del D.N.I.
- ✓ Ficha de General de datos

La tasa de examen será de 80 € que el club ingresara en la cuenta de la federación:

BBVA- ES75-0182-6678-98-0201519168

El examen ser realizara en el club de pertenencia del judoka y por el profesor de judo del club, que deberá estar colegiado y poseer como mínimo el grado de 6º Dan.

Para los clubes interesados en el examen de cinto negro y cuyo profesor no tenga el grado mínimo de 6º Dan, la federación establecerá una convocatoria anual.

Se adjunta el programa de examen de cinto negro.

Escuela Federativa fjdacv



FEDERACIÓN DE JUDO Y D. A. COMUNIDAD VALENCIANA

Examen Cinto Negro (Sin Dan)

TACHI-WAZA (Técnicas de pie)

KIHON (Fundamentos)	Rei, Shintai, Kumikata, Ukemi Bases de Nage-waza (Kuzushi, Tsukuri, Kake), Uchi-komi.
TOKUI-WAZA	Desarrollo del T. W, encadenamientos, defensa y contraataque ...
ASHI-WAZA (Técnicas de pie)	Aplicar una técnica de cada grupo, en oportunidad y desplazamiento, elegida por el candidato
KOSHI-WAZA (Técnicas de cadera)	
TE-WAZA (Técnica de mano)	

NE-WAZA (Técnicas de suelo)

KIHON (Fundamentos)	<ul style="list-style-type: none"> - Definición y bases de Osae-waza. - Definición y bases de Shime-waza. - Definición y bases de Kansetsu-waza. - Movimientos básicos de ataque con Uke en cualquier posición. (Boca abajo, cuatro patas, entre las piernas)
TOKUI-WAZA	Desarrollo del T. W., formas de llegar desde cualquier posición, formas de salida, defensa, transición pie-suelo.
OSAE-WAZA (Inmovilizaciones)	Aplicar una técnica de cada grupo, en diferentes posiciones, elegida por el candidato
SHIME-WAZA (Estrangulaciones)	
KANSETSU-WAZA (Luxaciones)	

KATA

Reiho inicial y final y segundo grupo de la NAGE-NO-KATA tanto de Tori como de Uke.

TE-WAZA:

- 1) UKI-GOSHI
- 2) HARAI-GOSHI
- 3) TSURIKOMI-GOSHI