

6. ko – Gul streg (kodomo – børn)

Del	Teknik	Bemærkninger
Ukemi	Yoko Ukemi	Sidefald (komme hurtigt/nemt op igen) Højre/venstre
Atemi Waza		
Slagpuder		Højre + venstre
	Kizami Tsuki	Lige stød, samme arm som ben
	Gyaku Tsuki	Lige stød, modsat arm og ben
	Teisho Uchi	Håndballestød
1. Kombination	Kizami Tsuki el. Gyaku Tsuki Te Nagashi Uke Stand: Zenkutsu Dachi, start/slut: Kamae	Vælg én af de to ovenfor – brysthøjde Håndfejning udefra Lang stand, strakt bagben
Nage Waza	O Soto Otoshi	Udvendig kropsstyrt. Højre/venstre
Ne Waza	Hon Kesa Gatame Frigør: Ebi waza, gå i bro og træk uke over sig	Skærf holdegreb. Højre/venstre Fra guard pass til "naturlig" overgang til holdegreb Tæt kontakt til uke og tag fat rundt om mave. Træk og gå i bro op over modsatte skulder.
Kamp	Randori (Yakusoku Geiko) 1 minut	Let kamp på gulvet med holdegreb og låse.
Ju-Jutsu teknikker		Højre + venstre
1. Teknik	Jodan Kizami Tsuki Te Nagashi Uke + Chudan Gyaku Tsuki + Jodan Kizami Tsuki + Chudan Mae Geri	Kort stød mod hovedet Håndfejning indvendigt Stød mod maven, modsat arm/ben Kort stød mod hovedet Frontspark mod maven
2. Teknik	Chudan Gyaku Tsuki Te Nagashi Uke + Haito Uchi + O Soto Otoshi + Yoko Shiho Gatame	Stød, maven, modsat arm som ben Håndfejning indvendigt Indvendigt håndkantslag på halsen Udvendig kropsstyrt Sideholdegreb
Jiyu Waza	Forudsagte angreb Frie forsvar 5 angreb i grupper: 1. Slag og Spark 2. Omklamringer og kvælere 3. Greb 4. Våben	Overvejende greb, kvælere, slag og spark. 5 vellykkede forsvar Se jiyu waza-oversigt over angreb

Vejledende bemærkninger

Etikette	Hilsen (Rei) Bukker stående for dommeren Uke og Tori bukker stående Uke og Tori bukker siddende <i>Generel kontrol på egen krop og teknik samt uke</i>	<i>Uke: Den der angriber Tori: Den der udfører teknikken</i>
	Afklapning Forstå signal om overgivelse	<i>Ved smerte eller overgivelse klappes på makker eller i måtten</i>
	Hajime [ha-djimé] Matte [ma-té]	<i>Begynd! Stop!</i>