

2. kyu Blåt bælte

Del	Teknik	Bemærkninger
Ukemi	Diverse Ukemi over buk	Diverse fald over forhindring
	Zempo Kaiten	Fremadrettet, frit fald (side + ryg)
Aikido Kihon	Ushiro Ryote Tori Nikyo	Fremhævede teknik er Ukes angreb
	Ushiro Katate Tori + Kubi Shime Aiki Otoshi	
	Gyaku Hanmi Katate Tori + Mawashi Tsuki Shiho Nage	
	Shomen Uchi Irimi Nage	
Gaeshi Waza	Ikkyo → ← Ikkyo	Modteknik
Ranraku/Ransoku Waza	Ikkyo + Kote Gaeshi	Videreføringsteknik
Jiyu Waza	Yakusoku Geiko 2 minutter	"Legekamp", hvor Uke og Tori overtager greb/initiativ, hvor det er muligt
Nage Kihon	Goshi Guruma	Hoftehjul
	Soto Maki Komi	Udvendig drejekast
	Sode Tsuru Komi Goshi	Ærme-hofte kast
	Uchi Mata	Benkast
	Yoko Guruma	Sidehjul, liggende kast
	Gaeshi Waza	Harai Goshi → ← Sukui Nage
	Seoi Nage → ← Tani Otoshi	
Ranraku/Ransoku Waza	O Soto Gari + Harai Goshi	Videreføringsteknik
	O Uchi Gari + Tai Otoshi	
	De Ashi Barai + Seoi Nage	
Ne Waza	Te Jime Ude Garami	Håndstrangulering + armlås
	Sankaku Jime	Ben-strangulering
Atemi Kihon		Højre + venstre
Plethandsker/slagpuder	Ushiro Mawashi Geri + Uraken Uchi + Gyaku Tsuki	Cirkelspark bagud Baghånds knoslag + stød
	Gyaku Tsuki + Uraken Uchi + Mae Geri	Stød modsat arm/ben + baghånds knoslag + lige spark
	Gedan Mawashi Geri + Gyaku Haito Uchi + Kizami Tsuki	Lavt cirkelspark + håndkantslag + stød
Kombinationer	Kachi Ippon Kumite – sammenhængende serie af kombinationer	
1. Kombination	Jodan Oi Tsuki Age Uke (Z) + Chudan Oi Tsuki Soto Uke (Z) + Gyaku Tsuki (Z)	Lige stød, hoved
2. Kombination	Chudan Oi Tsuki Soto Uke (Z) + Chudan Mae Geri Gedan Barai (Z) + Gyaku Tsuki (Z)	Lige stød, mave
3. Kombination	Mae Geri Gedan Barai (Z) + Yoko Geri Soto Uke (Z) + Gyaku Tsuki (Z)	Frontspark

4. Kombination	Yoko Geri Soto Uke (Z) + Uraken Uchi Soto Shuto Uke (K) + Gyaku Tsuki (Z)	Sidespark
5. Kombination	Uraken Uchi Soto Shuto Uke (K) + Mawashi Geri Uchi Shuto Uke (K) + Gyaku Tsuki (Z)	Baghåndsslag
6. Kombination	Mawashi Geri Uchi Shuto Uke (K) + Chudan Ushiro Geri Soto Barai (K) + Gyaku Tsuki (Z)	Cirkelspark
Duo	Serie C – kniv/stok 1. Shomen Tanto Dori <i>eller</i> Soto/uchi Tanto Dori 2. Chudan Tanto Dori 3. Shomen Kon Uchi 4. Jodan Soto Kon Uchi	<i>Egne kombinationer. Husk pre-attack.</i> 1. Knivstik ovenfra <i>eller</i> Knivstik ude <i>eller</i> indefra 2. Knivstik forfra mod maven 3. Stokslag ovenfra 4. Stokslag fra siden <i>eller</i> i diagonal nedadgående retning <i>Til graduering vises 3 af dommer angivne angreb (som til almindelig duo- konkurrence)</i> <i>Se gældende duo-regler for yderligere informationer.</i>
Fighting	Fighting efter JJIF-regler 3 minutter	<i>Fri kamp slag, spark, kast, gulvkamp</i>
Ju-Jutsu teknikker		<i>Både variation a + b. Højre + venstre</i>
1.a Teknik	Chudan Mae Geri Gedan Barai + Ushiro Mawashi Geri	<i>Frontspark Blokering + baglæns cirkelspark</i>
1.b Teknik	Chudan Mae Geri Soto Barai + Ushiro Mawashi Geri	<i>Frontspark Blokering + baglæns cirkelspark</i>
2.a Teknik	Pistotrussel forfra Te Nagashi + Shiho Nage Kuzure Kote Mawashi + kontrol nakke våbenkontrol	<i>Kast, "Sværdkast"</i>
2.b Teknik	Pistotrussel forfra Te Nagashi + Kuzure Gyaku Kote Gaeshi + Mae Geri + våbenkontrol	<i>Håndspærrelås</i>
3.a Teknik	Greb i skulder + Gyaku Mawashi Tsuki Gyaku Uchi Shuto Uke + Goshi Guruma + Ude Hishigi	<i>Greb i skulder + cirkelslag Kast, "hoftehjul"</i>
3.b Teknik	Greb i skulder + Gyaku Mawashi Tsuki Gyaku Uchi Shuto Uke + Yoko Empi Uchi + Aiki Otoshi + Gyaku Tsuki	<i>Greb i skulder + cirkelslag Kast, "udløfter"</i>
4.a Teknik	Morote Ryote Tori Nikyo (<i>irimi – direkte fra stand – ned med albue/tyngde</i>) Ude Hishigi (med knæ)	<i>Begge hænder fatter en hånd Aikido-lås/Nikyo</i>
4.b Teknik	Morote Ryote Tori Nikyo (<i>tenkan - i bevægelse</i>) - lodret op i bevægelse Ude Hishigi (med knæ)	<i>Begge hænder fatter en hånd Håndledslås/Nikyo</i>

5.a Teknik	Mae Jime Teisho Uchi + Soto Maki Komi + Kuzure Ude Hishigi (<i>over ben</i>)	<i>Kvæler forfra</i> <i>Kast</i>
5.b Teknik	Mae Jime Brydning: "over/under" + Sode Tsuru Komi Goshi + Kuzure Ude Hishigi (<i>stående mellem ben</i>)	<i>Kvæler forfra</i> <i>Kast</i>
6.a Teknik	Morote Mune Tori (som skub) Yoko Guruma + Gyaku Mawashi Tsuki	<i>Greb i revers begge hænder (som skub)</i> <i>Kast, "Sidehjul"</i>
6.b Teknik	Morote Mune Tori (som skub) Uchi Mata + Kuzure Ude Hishigi (<i>stående, knæ på albue</i>)	<i>Greb i revers begge hænder (som skub)</i> <i>Kast</i>
7.a Teknik	Greb om nakke og Hiza Geri Morote Gedan Barai + Hiza Geri + Tai Otoshi + Gyaku Tsuki	<i>Greb om nakke og knæstød</i> <i>Dobbelt blokering nedad + knæstød + kast + stød</i>
7.b Teknik	Greb om nakke og Hiza Geri Morote Gedan Barai + Irimi Nage m/øretryk + Ude Hishigi Juji Gatame	<i>Greb om nakke og knæstød</i> <i>Dobbelt blokering nedad + aikido kast + sidestræklås</i>
8.a Teknik	Jodan Uraken Uchi Uchi Shuto Uke + Te Jime	<i>Baghånd knoslag</i> <i>Strangulering</i>
8.b Teknik	Jodan Uraken Uchi Irimi Nage + Gedan Mae Geri	<i>Baghånd knoslag</i> <i>Kast</i>
Jiyu Waza	Frie forsvar 30 angreb i grupper + 10 frie Efter dommerens valg: 1. Slag og Spark 2. Omklamringer 3. Greb 4. Knive, pistoler og stokke 5. Dobbelt angreb 6. Frie angreb	<i>40 Vellykkede forsvar</i>

Vejledende bemærkninger

Etikette, kendskab til JJIF Fighting og Duo regler, våbenkontrol, nødværgeret.