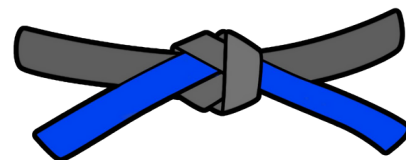


IDADE MÍNIMA: 06 (SEIS) ANOS

CARÊNCIA MÍNIMA: 06 (SEIS) MESES NA GRADUAÇÃO ANTERIOR

FORMAS DE PEGAR NO JUDOGI (KUMI-KATA)



AMORTECIMENTOS DE QUEDAS (UKEMI)

1. Para trás (USHIRO-UKEMI)
2. Para o lado (YOKO-UKEMI)
3. Para frente com rolamento (ZENPO-KAITEN-UKEMI)

TODOS EM MOVIMENTO



TÉCNICAS DE PROJEÇÃO (NAGE-WAZA)

DEMONSTRAR 3 (TRÊS) TÉCNICAS INTEGRANTES DO 1º KYÔ



O-SOTO-GARI

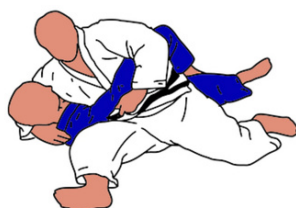


O-UCHI-GARI



UKI-GOSHI

TÉCNICAS DE IMOBILIZAÇÃO (OSA EKOMI-WAZA)



KESA-GATAME



KUZURE-KESA-GATAME



YOKO-SHIHO-GATAME

VOCABULÁRIO

MATTE - Parar

HAJIME - Começar

SOREMADE - Terminou

SONOMAMA - Não se mova

KIOTSUKE - Atenção, posição de sentido

HISTÓRICO

KODOKAN - Primeira escola de JUDÔ