

YUKIO TANI YOSHIKI

Programma ikkyu (bruine gordel).

Uit te voeren technieken	Aantal	Opmerkingen
Valbewegingen	8	
Klemmen	40	
Klemmenketting	25	
Beenworpen	10	
Heupworpen	10	
Schouderworpen	4	
Offerworpen	10	
Knieworpen	3	
Afweer op messteek	20	
Onder	4	
Boven	4	
Van links naar rechts	4	
Van rechts naar links	4	
Recht door	4	
Afweer op wurging	22	
Staande		
Voor beide handen	5	
Zonder aanraking	2	
Achter armen geplooid	2	
Achter armen gestrekt	2	
Liggend		
Rechtstaand persoon naast	1	
Rechtstaand persoon boven	1	
Rechtstaand persoon achter	1	
Zittend persoon tussen	2	
Zittend persoon op	2	
Zittend persoon naast	2	
Zittend persoon achter	2	
Afweer op vuistslag	10	
Recht door	5	
Uppercut	3	
Dubbele slag	2	
Afweer op kraaggreep	10	
Voor één hand	2	
Voor beide handen	2	
Voor één hand en bijtrekken	2	
Achter één hand	2	
Achter één hand + pols	2	
Afweer op revolver	10	
Voor	5	
Achter	5	

Programma 1^e Kyu vervolg

Uit te voeren technieken	Aantal	Opmerkingen
Afweer op polsgreep	14	
Rechts grijpt links	3	
Rechts grijpt rechts	3	
Beide polsen	2	
Pols met twee handen grijpen	2	
Achterwaarts	2	
Achterwaarts beide polsen	1	
Zijwaarts	1	
Afweer op handgreep	5	
Afweer op hoofdgreep	5	
Afweer op voetstamp	5	
Afweer op Nelson	4	
Beengreep op vuistslag	4	
Afweer op korte stok/verdedigen met korte stok (tambo)	10	
Afweer op kruiswurging	4	
Voor	2	
Achter	2	
Verdediging liggend	3	
Random attacks	5	
Houdingen	8	
Ne-waza		
Kanteltechnieken in alle vormen	6	
Nierschaar aanzetten	2	
Bevrijding nierschaar	1	
Juji gatame	2	
Overname uit verloren positie	4	
Wurgingen uitvoeren op zittend , staand en liggend persoon	8	
Terminologie		
Varia/ linkse uitvoering/Randori	10	

Geslaagd ja nee

Commentaar :