

Protokół egzaminacyjny 4,5KYU

Data eg.....

Instruktor :.....

Imię i nazwisko zdającego:.....

Data ur:.....

		Ugięcia ramion -30	Skłony na mięśnie brzucha - 40	Pajacyki - 80
1.	Część motoryczna			

2.	Tachi waza	Po lini	Po kole	Po lini w kontrze
	Tsuri Goshi			
	Okuri Ashi Harai			
	Ippon Seoi Nage			
	Hiza Guruma			
	Ko Soto Gari			

3.	Ne waza	Zaliczył	Nie zaliczył	
	Kata Gatame			
	Mune Gatame			
	Hadaka Jime			
	Ude Hishigi Juji Gatame			

Podpis egzaminatora