

Protokół egzaminacyjny 5,5KYU

Data eg.....

Instruktor :.....

Imię i nazwisko zdającego:.....

Data ur:.....

		Ugięcia ramion - 20	Skłony na mięśnie brzucha - 30	Pajacyki - 70
1.	Część motoryczna			

2.	Tachi waza	Po lini	Po kole	Po lini w kontrze
	De Ashi Harai			
	O Soto Gari			
	O Uchi Gari			
	Koshi Guruma			

3.	Ne waza	Zaliczył	Nie zaliczył	
4.				
5.				
6.	Tai-sabaki	W przód	W tył	
7.	Fazy rzutu	Kuzushi	Tsukuri	kake
8.	Postawy			
9.	UKEMI z postawy wysokiej, przez przeszkodę	Zaliczył	Nie zaliczył	
	Koho-ukemi			
	Mae-ukemi			
	Yoko-ukemi			
	Zempo-kaiten-ukemi			

Podpis egzaminatora