

Protokół egzaminacyjny 6 KYU

Data eg.....

Instruktor :.....

Imię i nazwisko zdającego:..... Data ur:.....

		Ugięcia ramion - 10	Skłony na mięśnie brzucha - 20	Pajacyki - 50
1.	Część motoryczna			

2.	Tachi waza	Po lini	Po kole	Po lini w kontrze

3.	Ne waza	Zaliczył	Nie zaliczył	
	Hon Kesa Gatame			
	Tate Shiho Gatame			
	Yoko Shiho Gatame			
	Kami Shiho Gatame			
4.	Historia judo	Zasady dojo	3 zasady judo	historia judo
5.	Poruszanie	ayumi-ashi	suri-ashi	tsugi-ashi
6.	Ukłony	Za rei	Tachi rei	
7.	Kumi kata	Podstawowe	Odmiany	
9.	UKEMI z pozycji kucznej	Zaliczył	Nie zaliczył	
	Koho-ukemi			
	Mae-ukemi			
	Yoko-ukemi			
	Zempo-kaiten-ukemi			

Podpis egzaminatora