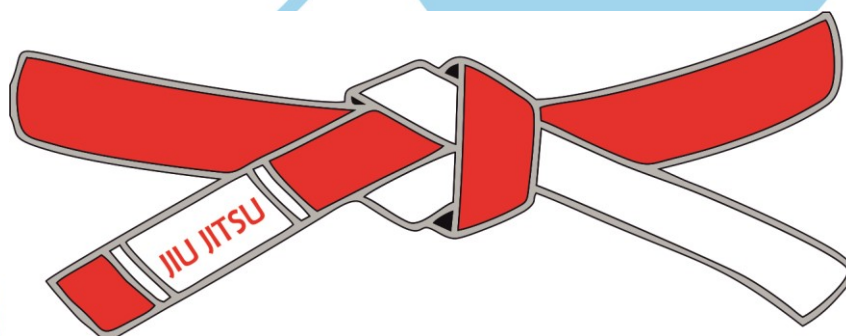
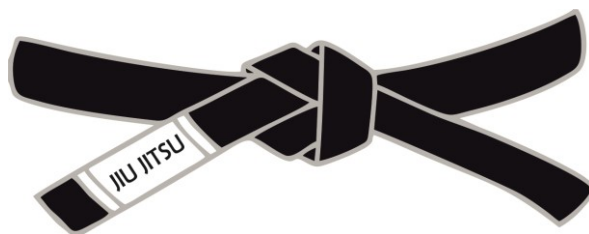


Galicia Judo

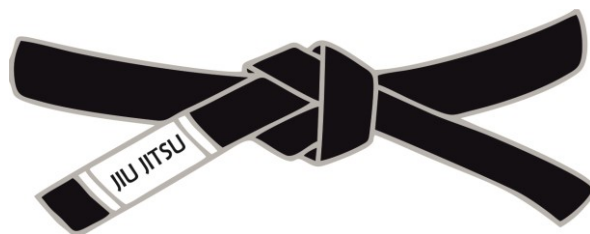
FEDERACIÓN GALLEGA DE JUDO Y DD.AA.
PROGRAMA OFICIAL DE PASO
DE GRADO PARA
JIU JITSU
DE 1º a 6º DAN





CINTURÓN NEGRO 1º DAN VÍA TÉCNICA

KIHON (FUNDAMENTOS)	UCHI KOMI KAKARI GEIKO NAGE KOMI KYUSHO: PUNTOS VITALES PRESIONES Y PELLIZCOS
ATEMI WAZA (GOLPES)	DEDOS Y FALANGES IPPON NUKITE NIHON NUKITE YONHON NUKITE HIRAKEN IPPON KEN NAKADAKA IPPON KEN GEDAN GERI ATAMA WAZA
UKE WAZA (BLOQUEO)	SOKUTEI OSAE UKE SOKUTO OSAE UKE
NAGE WAZA (PROYECCIONES)	UKI OTOSHI KATA GURUMA MOROTE GARI SASAE TSURI KOMI ASHI USHIRO GOSHI TOMOE NAGE
KATAME WAZA (CONTROLES)	KATA TE JIME HIZA GATAME MUNE GATAME YONKYO
NE WAZA (SUELO)	DEFENSA CONTRA ATAQUES VARIOS
BUNKAI (APLICACION)	RANDORI TOTAL DEFENSA CONTRA ATAQUES DIVERSOS EN EL SUELO
KATA	TODAS LAS KATAS HASTA 1 ^{er} -DAN



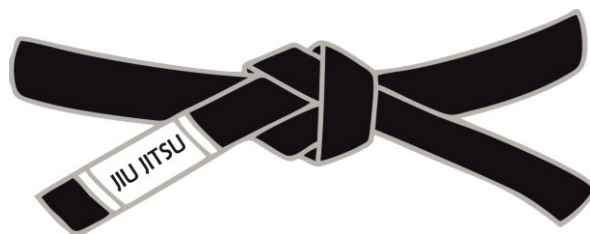
CINTURÓN NEGRO 2º DAN VÍA TÉCNICA

KIHON (FUNDAMENTOS)	PSICOLOGIA DEL ENFRENTAMIENTO ANTE VARIOS ADVERSARIOS (Anexo 2) TRABAJO CONTRA OBJETOS CONTUNDENTES
ATEMI WAZA (GOLPES)	TRABAJOS DE PUÑO A CORTA DISTANCIA: DIRECTOS CIRCULARES GANCHOS OBLICUOS
UKE WAZA (BLOQUEO)	ESQUIVAS SOBRE TRABAJOS DE PUÑO A CORTA DISTANCIA: LATERALES OBLICUAS CIRCULARES BALANCEOS DEL CUERPO
NAGE WAZA (PROYECCIONES)	UCHI MATA HANE GOSHI URA NAGE SUMI GAESHI YOKO GURUMA TANI OTOSHI MAKIKOMI
KATAME WAZA (CONTROLES)	GOKYO TSUKOMI JIME ASHI KANSETSU GATAME
NE WAZA (SUELO)	KUZURE DE CONTROLES FORMAS DE GIRAR A UKE BOCA ABAJO
BUNKAI (APLICACION)	DEFENSA ANTE VARIOS ADVERSARIOS
KATA	UDE ATE JITSU NO KATA ASHI ATE JITSU NO KATA



CINTURÓN NEGRO 3º DAN VÍA TÉCNICA

KIHON (FUNDAMENTOS)	TRABAJOS CON ARAMA BLANCA GO NO SEN WAZA
ATEMI WAZA (GOLPES)	MOROTE TSUKI MAE TOBI GERI USHIRO URA MAWASHI GERI
UKE WAZA (BLOQUEO)	TETSUI UKE OTOSHI UKE
NAGE WAZA (PROYECCIONES)	SEOI OTOSHI KUCHIKI TAOSHI ASHI GURUMA UTSURI GOSHI KAITEN NAGE KANI BASAMI
KATAME WAZA (CONTROLES)	ASHI GATAME YUBI KANSETSU KUBI KANSETSU
NE WAZA (SUELO)	DESDE POSICION SEIZA, REALIZAR ATAQUES POR: ATEMIS AGARRES ABRAZOS ARMAS
BUNKAI (APLICACION)	DEFENSAS DE ATAQUES CON ARMA BLANCA Y OBJETOS CONTUNDENTES ANTE VARIOS ADVERSARIOS
KATA	TAMBO JITSU NO KATA TANTO JITSU NO KATA



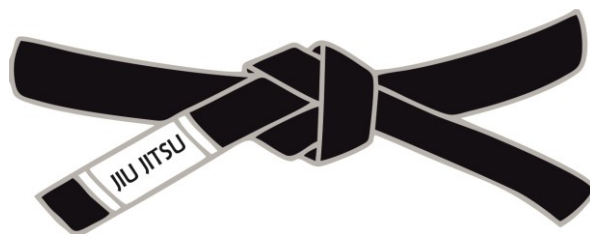
CINTURÓN NEGRO 4º DAN VÍA TÉCNICA

KIHON (FUNDAMENTOS)	RENKO HO: FORMAS DE CONDUCCION SHISEI: HANMI GAMAE
ATEMI WAZA (GOLPES)	YOKO FUMIKOMI YOKO FUMIKIRI
UKE WAZA (BLOQUEO)	KAKIWAKE UKE SUKUI UKE
NAGE WAZA (PROYECCIONES)	O SOTO GURUMA KIBISHU GAESHI TAWARA GAESHI UDE KIME NAGE JUJI GARAMI
KATAME WAZA (CONTROLES)	SODE GURUMA JIME RYOTE JIME SANKAKU JIME
NE WAZA (SUELO)	DESDE POSICION SEIZA, REALIZAR DEFENSAS POR: ATEMIS AGARRES ABRAZOS ARMAS
BUNKAI (APLICACION)	TOKUI WAZA
KATA	NE JITSU NO KATA



CINTURÓN NEGRO 5º DAN VÍA TÉCNICA

KIHON (FUNDAMENTOS)	APLICACIONES DINAMICAS DE GO NO SEN WAZA
ATEMI WAZA (GOLPES)	YAMA TSUKI
UKE WAZA (BLOQUEO)	KAKETE KUZURE ASHI BO UKE
NAGE WAZA (PROYECCIONES)	YAMA ARASHI DAKI WAKARE HIKIKOMI GAESHI
KATAME WAZA (CONTROLES)	TE GATAME SANKAKU GATAME
NE WAZA (SUELO)	TOKUI WAZA
BUNKAI (APLICACION)	DEFENSA CONTRA ARMAS DE FUEGO
KATA	KIME NO KATA



CINTURÓN ROJO-BLANCO 6º DAN

<p>KIHON (FUNDAMENTOS)</p>	<p>EL CANDIDATO EXPLICARÁ Y DEMOSTRARÁ EN PRÁCTICA UNA TESINA.</p>
<p>ATEMI WAZA (GOLPES)</p>	
<p>UKE WAZA (BLOQUEO)</p>	
<p>NAGE WAZA (PROYECCIONES)</p>	
<p>KATAME WAZA (CONTROLES)</p>	
<p>NE WAZA (SUELO)</p>	
<p>BUNKAI (APLICACION)</p>	<p>EL TRIBUNAL PODRÁ HACER CUALQUIER PREGUNTA RELACIONADA CON EL PROGRAMA.</p>
<p>KATA</p>	<p>KODOKAN GOSHIN JUTSU NO KATA</p>