







# Oranžový pás 4. kyu

Techniky	OKURI ASHI HARAI	TAI OTOSHI	O SOTO GARI	IPON SEOI NAGE	O UCHI GARI	KO UCHI GARI	GOSHI GURUMA	HARAI GOSHI
	nebo		nebo		nebo		nebo	
								

KUZURE KESA GATAME		<b>Způsoby otevření boje - Hairi kata</b>
KUZURE JOKO SIHO GATAME		Tori v parteru, Uke útočí zhora, předvedení obrany a protiútoků
KUZURE KAMI SIHO GATAME		UKE leží na břiše, TORI přetáčí do držení / ze čtyř stran /
KUZURE TATE SIHO GATAME		Uke leží na zádech, TORI přechází do držení ze čtyř stran /
UKI GATAME		TORI útočí, UKE leží na zádech a brání se nohama-formy obrany
KATA GATAME		Tori leží na zádech a přetáčí UKEho do držení / OS /