






Žlutý pás 5. kyu

Techniky	HIZA GURUMA	SASAE CURIKOMI ASHI	DE ASHI HARAI	MOROTE SEOI NAGE	O SOTO OTOSHI	KO SOTO GARI	O GOSHI	UKI GOSHI
	nebo		nebo		nebo		nebo	
								

KESA GATAME		Způsoby otevření boje - Hairi kata
KAMI SIHO GATAME		UKE v parteru na čtyřech, TORI přetáčí do držení
TATE SIHO GATAME		UKE leží na břiše, TORI přetáčí do držení
USHIRO KESA GATAME		Uke leží na zádech, TORI přechází do držení
YOKO SIHO GATAME		TORI útočí, UKE leží na zádech a brání se nohama-formy obrany
MUNE GATAME	