

## **Opgepast vanaf heden aangepaste graduatieregeling!**

Als leidraad voor de te kennen stof geldt nog steeds het jeugdjudopaspoort van de Vlaamse Judo Federatie dat overeenkomt met de examenstof voor -15 jarigen. Voor de +15 jarigen geldt het document 'Examenstof Gordels Vlaamse Judo Federatie' als standaard.

In onze club wijken we voor bepaalde onderdelen hiervan af! Hier volgt een overzicht van de verschillen:

### **Wit-geel:**

Zie nog steeds het document 'Examenstof voor wit-gele Gordels'

### **5<sup>de</sup> kyu (geel):**

Geen verschillen

### **4<sup>de</sup> kyu (oranje):**

Geen verschillen

### **3<sup>de</sup> kyu (groen):**

Van elke houdgreep wordt de basisvorm en 1 toepassing of 1 variatie gevraagd (dit mag men zelf kiezen).

Ceremonie van de Kata NIET te kennen.

Ook boven 14jaar moeten er GEEN wurgingen en armklemmen gekend zijn.

### **2<sup>de</sup> kyu (blauw):**

De worpen moet men in beweging in 2 richtingen kunnen uitvoeren.

Van elke houdgreep wordt de basisvorm en 1 toepassing of 1 variatie gevraagd (dit mag men zelf kiezen)

EN 1 bevrijding uit de houdgreep.

Nage-no-kata NIET te kennen.

I.p.v. schakelen van worpen (wat men reeds voor 3<sup>de</sup> kyu moet kennen) moet men kunnen schakelen van nage-waza naar ne-waza. Dit op 2 manieren.

Onder 15 jaar moeten er GEEN wurgingen en armklemmen gekend zijn. Boven 15 jaar moet men ENKEL de basisvorm van de wurgingen en armklemmen die in het document 'Examenstof Gordels Vlaamse Judo Federatie' staan, onder de knie hebben.

### **1<sup>ste</sup> kyu (bruin):**

De worpen moet men in beweging in 3 richtingen kunnen uitvoeren (indien mogelijk).

Van elke houdgreep wordt de basisvorm en 1 toepassing EN 1 variatie gevraagd OF 2 variaties OF 2 toepassingen (dit mag men zelf kiezen) EN 1 bevrijding uit de houdgreep.

Men moet de 3 reeksen van de Nage-no-kata (te-waza, koshi-waza en ashi-waza) als tori kunnen uitvoeren en 1 reeks naar keuze als uke.

Alle wurgingen en armklemmen behoren tot de te kennen stof, ongeacht de leeftijd.