



LUGAR CELEBRACIÓN EXAMEN. _____ PROVINCIA _____

HOJA DE EXAMEN PARA 3º DAN DE JUDO

HOJA Nº 1

CANDIDATO DON: _____

1.- FUNDAMENTOS JUDO PIE:

El candidato explicará y demostrará un Fundamento de los cuatro siguientes, a elección del Tribunal:

TANDOKU RENSHU (Estudio solo)	SOTAI RENSHU (Estudio con un compañero)	YAKU SOKU GEIKO (Estudio en desplazamiento)	KAKARI GEIKO (Ataque y defensa)
----------------------------------	--	--	------------------------------------

2.- TOKUI WAZA:Sobre una Técnica de **Judo Pie** que presentará a su elección el candidato y, que deberá desarrollar ampliamente en estático, desplazamiento, combinaciones, encadenamientos, defensas y contras.**3.- NAGE WAZA:** El candidato realizará las técnicas ampliamente en estático y en desplazamiento.

O SOTO OTOSHI. _____
UTSURI GOSHI. _____
O GURUMA. _____
UCHI MAKI KOMI. _____
MOROTE GARI. _____
KUCHIKI TAOSHI. _____
TANI OTOSHI. _____

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO:

El candidato explicará y demostrará un Fundamento de los cinco siguientes, a elección del Tribunal:

BASES DE LAS INMOVILIZACIONES (OSAEKOMI WAZA)	SALIDAS DE LAS INMOVILIZACIONES (OSAEKOMI WAZA)	MOVIMIENTOS BÁSICOS DE DEFENSA (M.B.D.)	BASES DE LAS ESTRANGULACIONES (SHIME WAZA)	DEFENSAS ESTRANGULACIONES (SHIME WAZA)
---	---	---	--	--

5.- TOKUI WAZA: Sobre una Técnica de **Judo Suelo** que presentará a su elección el candidato y, que deberá demostrarlas ampliamente en estático y aplicarlas en movimientos de ataque, salida y defensa.**6.- NE WAZA:** El candidato realizará ampliamente las técnicas desde o varias posiciones.

RYOTE JIME. _____
UDE HISHIGI HIZA GATAME. _____

7.- KATAS. (KATAME NO KATA):El candidato la realizará completa de **UKE**.

OSAEKOMI WAZA. _____
SHIME WAZA. _____
KANSETSU WAZA. _____

8.- OPCIONAL (Este apartado se utilizará para subir nota, si el tribunal lo estima oportuno y el aspirante lo acepta)

DEFENSA PERSONAL. _____
RANDORI. _____

TRIBUNAL DE EXAMEN:

POR FAVOR, NO SE OLVIDE DE ANOTAR AL LADO DE CADA TÉCNICA LOS FALLOS OBSERVADOS.

FIRMADO: DON /DOÑA _____ Resultado _____



LUGAR CELEBRACIÓN EXAMEN. _____ PROVINCIA _____

HOJA D EXAMEN PARA 3º DAN DE JUDO

HOJA Nº 2

CANDIDATO DON: _____

1.- FUNDAMENTOS JUDO PIE:

El candidato explicará y demostrará un Fundamento de los cinco siguientes, a elección del Tribunal:

TANDOKU RENSHU (Estudio solo)	SOTAI RENSHU (Estudio con un compañero)	YAKU SOKU GEIKO (Estudio en desplazamiento)	KAKARI GEIKO (Ataque y defensa)	RENRAKU HENKA WAZA (Conexión , cambio)
----------------------------------	--	--	------------------------------------	---

2.- TOKUI WAZA:

Sobre una Técnica de **Judo Pie** que presentará a su elección el candidato y, que deberá desarrollar ampliamente en estático, desplazamiento, combinaciones, encadenamientos, defensas y contras.

3.- NAGE WAZA:

 El candidato realizará las técnicas ampliamente en estático y en desplazamiento.

HARAI TSURI KOMI ASHI. _____
USHIRO GOSHI. _____
SEOI OTOSHI. _____
SOTO MAKI KOMI. _____
SUKUI NAGE. _____
YOKO OTOSHI. _____

4.- FUNDAMENTOS JUDO SUELO

El candidato explicará y demostrará un Fundamento de los cinco siguientes, a elección del Tribunal:

SALIDAS DE LAS ESTRANGULACIONES (SHIME WAZA)	MOVIMIENTOS BÁSICOS DE ATAQUE (M.B.A.)	BASES DE LAS LUXACIONES (KANSETSU WAZA)	SALIDAS DE LAS LUXACIONES (KANSETSU WAZA)	DEFENSA DE LUXACIONES (KANSETSU WAZA)
--	--	---	---	--

5.- TOKUI WAZA:

 Sobre una Técnica de **Judo Suelo** que presentará a su elección el candidato y, que deberá demostrarlas ampliamente en estático y aplicarlas en movimientos de ataque, salida y defensa.

6.- NE WAZA:

 El candidato realizará ampliamente las técnicas desde o varias posiciones.

TSUKOMI JIME. _____
UDE HISHIGI HARA GATAME. _____

7.- KATAS. (KATAME NO KATA):

El candidato la realizará completa de **TORI**.

OSAEKOMI WAZA. _____
SHIME WAZA. _____
KANSETSU WAZA. _____

8.- OPCIONAL (Este apartado se utilizará para subir nota, si el tribunal lo estima oportuno y el aspirante lo acepta)

DEFENSA PERSONAL. _____
RANDORI. _____

TRIBUNAL DE EXAMEN:

POR FAVOR, NO SE OLVIDE DE ANOTAR AL LADO DE CADA TÉCNICA LOS FALLOS OBSERVADOS.

FIRMADO: DON /DOÑA _____ Resultado _____