



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 1. DANerako AZTERKETA ORRIA

1.go ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

REI	UKEMI	KUMIKATA	SHINTAI-TAI SABAKI
-----	-------	----------	--------------------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak, teknikak BI desplazamendutan egingo ditu.

- O GOSHI
- O UCHI GARI
- DE ASHI HARAI
- SASAE TSURI KOMI ASHI

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

INMOBILIZAZIOEN OINARRIAK	LUXAZIOEN OINARRIAK	OINARRIZKO ERASO MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------	---------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

Hautagaiak teknikak BI posiziotik egingo ditu.

- TATE SHIHO GATAME
- HON KESA GATAME
- KATA JUJI JIME
- GYAKU JUJI JIME
- UDE GARAMI

7.- KATA

Hautagaiak, Tori gisa, NAGE NO KATAko lehen hiru taldeak egingo ditu.

- TE WAZA
- KOSHI WAZA
- ASHI WAZA



JUDOKO 1. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

SHIAI	KUZUSHI	TSUKURI	KAKE
-------	---------	---------	------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak, teknikak BI desplazamendutan egingo ditu.

- O SOTO GARI
- HIZA GURUMA
- HARAI GOSHI
- TAI OTOSHI

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

INMOBILIZAZIOEN OINARRIAK	LUXAZIOEN OINARRIAK	OINARRIZKO ERASO MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------	---------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

Hautagaiak teknikak BI posiziotik egingo ditu.

- YOKO SHIHO GATAME
- KAMI SHIO GATAME
- NAMI JUJI JIME
- HADAKA JIME
- UDE HISHIGUI JUJI GATAME

7.- KATA

- Hautagaiak, Tori gisa, NAGE NO KATAko lehen hiru taldeak egingo ditu.

- TE WAZA
- KOSHI WAZA
- ASHI WAZA



JUDOKO 1. DANerako AZTERKETA ORRIA

3. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

KUZUSHI	SHIZEI	KUMIKATA	SHINTAI-TAI SABAKI
---------	--------	----------	--------------------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

Hautagaiak, teknikak BI desplazamendutan egingo ditu.

- O SOTO GARI
- OKURI ASHI HARAI
- UKI GOSHI
- SEOI NAGE

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

INMOBILIZAZIOEN OINARRIAK	LUXAZIOEN OINARRIAK	OINARRIZKO ERASO MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	------------------------	---------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

Hautagaiak teknikak BI posiziotik egingo ditu.

- HON KESA GATAME
- KAMI SHIO GATAME
- KATA JUJI JIME
- GYAKU JUJI JIME
- UDE HISHIGUI JUJI GATAME

7.- KATA

- Hautagaiak, Tori gisa, NAGE NO KATAko lehen hiru taldeak egingo ditu.

- TE WAZA
- KOSHI WAZA
- ASHI WAZA



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 2. DANerako AZTERKETA ORRIA

1. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI edo HIRU azaldu eta erakutsiko ditu:

UCHIKOMI	NAGE KOMI	RANDORI	SHIAI
----------	-----------	---------	-------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak BI desplazamendutan egingo ditu.
- KO SOTO GAKE
- UCHI MATA
- HANE GOSHI
- UKI OTOSHI
- TOMOE NAGE
- YOKO GURUMA

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

ESTRANGULAZIOEN IRTEERAK	ONARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	LUXAZIOEN IRTEERAK	INMOBILIZAZIOEN IRTEERAK
-----------------------------	-----------------------------------	-----------------------	-----------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak BI posiziotik egingo ditu.
- KATA GATAME
- KUZURE KAMI SHIHO GATAME
- KATA HA JIME
- UDE HISHIGI WAKI GATAME

7.- KATA

Hautagaiak, Tori gisa, **NAGE NO KATA** osorik egingo du.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 2. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI edo HIRU azaldu eta erakutsiko ditu:

UCHIKOMI	NAGE KOMI	RANDORI	SHIAI
----------	-----------	---------	-------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak BI desplazamendutan egingo ditu.
- KO UCHI GARI
- KO SOTO GARI
- KOSHI GURUMA
- TSURI KOMI GOSHI
- SUMI GAESHI
- YOKO GAKE

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

ESTRANGULAZIOEN IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	LUXAZIOEN IRTEERAK	INMOBILIZAZIOEN IRTEERAK
-----------------------------	------------------------------------	-----------------------	-----------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak BI posiziotik egingo ditu.
- KUZURE KESA GATAME
- OKURI ERI JIME
- KATA HA JIME
- UDE HISHIGI UDE GATAME

7.- KATA

Hautagaiak, Tori gisa, **NAGE NO KATA** osorik egingo du.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 2. DANerako AZTERKETA ORRIA

3. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI edo HIRU azaldu eta erakutsiko ditu:

UCHIKOMI	NAGE KOMI	RANDORI	SHIAI
----------	-----------	---------	-------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak BI desplazamendutan egingo ditu.
- UCHI MATA
- KO UCHI GARI
- TSURI GOSHI
- KATA GURUMA
- URA NAGE
- UKI WAZA

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

ESTRANGULAZIOEN IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENSA MUGIMENDUAK	LUXAZIOEN IRTEERAK	INMOBILIZAZIOEN IRTEERAK
-----------------------------	-----------------------------------	-----------------------	-----------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak BI posiziotik egingo ditu.
- KATA GATAME
- KUZURE KESA GATAME
- OKURI ERI JIME
- UDE HISHIGI WAKI GATAME

7.- KATA

Hautagaiak, Tori gisa, **NAGE NO KATA** osorik egingo du.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 3. DANerako AZTERKETA ORRIA

1. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

TANDOKU RENSHIU	SOTAI RENSHIU	YAKU SOKU GEIKO	KAKARI GEIKO
-----------------	---------------	-----------------	--------------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak HIRU desplazamendutan egingo ditu.
- O SOTO OTOSHI
- UTSURI GOSHI
- O GURUMA
- UCHI MAKI KOMI
- MOROTE GARI
- KUCHIKI TAOSHI
- TANI OTOSHI

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

INMOBILIZAZIOEN OINARRIAK	INMOBILIZAZIOEN IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	-----------------------------	-----------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak HIRU posiziotik egingo ditu.
- RYOTE JIME
- UDE HISHIGI HIZA GATAME

7.- KATA

Hautagaiak Tori gisa, **KATAME NO KATA** osorik egingo du.



JUDOKO 3. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

TANDOKU RENSHIU	SOTAI RENSHIU	YAKU SOKU GEIKO	KAKARI GEIKO
-----------------	---------------	-----------------	--------------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak HIRU desplazamendutan egingo ditu.
- HARAI TSURI KOMI ASHI
- ASHI GURUMA
- USHIRO GOSHI
- SEOI OTOSHI
- SOTO MAKIKOMI
- SUKUI NAGE
- YOKO OTOSHI

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

ESTRANGULAZIOEN IRTEERAK	OINARRIAZKO ERASO MUGIMENDUAK	LUXAZIOEN OINARRIAK	LUXAZIOEN IRTEERAK
-----------------------------	----------------------------------	------------------------	-----------------------

5.- TOKUI WAZA.

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak HIRU posiziotik egingo ditu.
- UDE HISHIGI HARA GATAME
- TSUKOMI JIME

7.- KATA

Hautagaiak Tori gisa, **KATAME NO KATA** osorik egingo du.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 4. DANerako AZTERKETA ORRIA

1.go ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

RENRAKU WAZA	RENZOKU WAZA	KAESHI WAZA	CHIKARA NO ÔYÔ
--------------	--------------	-------------	----------------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak LAU desplazamendutan egingo ditu.
- O SOTO GURUMA
- HANE MAKI KOMI
- SUMI OTOSHI
- TAWARA GAEHI
- O SOTO MAKIKOMI
- O SOTO GAESHI

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BAT azaldu eta erakutsiko du:

ESTRANGULAZIOEN IRTEERAK	OINARRIZKO ERASO MUGIMENDUAK	LUXAZIOEN OINARRIAK	LUXAZIOEN IRTEERAK
-----------------------------	---------------------------------	------------------------	-----------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak LAU posiziotik egingo ditu.
- SODE GURUMA JIME
- KATA TE JIME
- UDE HISHIGI SANKAKU GATAME

7.- KATA

Hautagaiak Tori gisa, **KIME NO KATA** osorik egingo du.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 4. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BI azaldu eta erakutsiko ditu:

RENRAKU WAZA	RENZOKU WAZA	KAESHI WAZA	CHIKARA NO ÔYÔ
--------------	--------------	-------------	----------------

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak LAU desplazamendutan egingo ditu..
- HARAI MAKI KOMI
- KIBISHU GAESHI
- UCHI MATA MAKIKOMI
- O UCHI GAESHI
- KO UCHI GAESHI

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, ondorengo lau funtsetatik Tribunalak aukeratutako BAT azaldu eta erakutsiko du:

IMMOBILIZAZIOEN OINARRIAK	IMMOBILIZAZIOEN IRTEERAK	OINARRIZKO DEFENTSA MUGIMENDUAK	ESTRANGULAZIOEN OINARRIAK
------------------------------	-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak LAU posiziotik egingo ditu.
- SODE GURUMA JIME
- KATA TE JIME
- UDE HISHIGI SANKAKU GATAME

7.- KATA

Hautagaiak Tori gisa, **KIME NO KATA** osorik egingo du.



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 5. DANerako AZTERKETA ORRIA

1.go ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, programan dagoen Tribunalak aukeratutako Funts bat azaldu eta erakutsiko du:

--

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak HAINBAT desplazamendutan egingo ditu..
- UCHI MATA GAESHI
- UCHI MATA SUKASHI
- TSUBAME GAESHI
- DAKI WAKARE
- YAMA ARASHI

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, programan dagoen Tribunalak aukeratutako Funts bat azaldu eta erakutsiko du:

--

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak HAINBAT posiziotik egingo ditu.
- SANKAKU JIME
- UDE HISHIGI ASHI GATAME
- UDE HISHIGI TE GATAME

7.- JU NO KATA

- Hautagaiak Tori gisa, **JU NO KATA** osorik egingo du.
- IKKYO
- NIKYO
- SANKYO



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 5. DANerako AZTERKETA ORRIA

2. ORRIA

1.- ZUTIKAKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, programan dagoen Tribunalak aukeratutako Funts bat azaldu eta erakutsiko du:

--

2.- TOKUI WAZA

Hautagaiak konbinaketa, kateaketa, hainbat desplazamendu, defentsa eta kontraerasoak sakonki eginez aurkeztuko duen Zutikako Teknika.

3.- NAGE WAZA

- Hautagaiak, teknikak HAINBAT desplazamendutan egingo ditu..
- HANE GOSHI GAESHI
- HARAI GOSHI GAESHI
- YOKO WAKARE
- HIKIKOMI GAESHI
- OBI OTOSHI

4.- LURREKO JUDO FUNTSAK

Hautagaiak, programan dagoen Tribunalak aukeratutako Funts bat azaldu eta erakutsiko du:

--

5.- TOKUI WAZA

Hautagaiak eraso mugimendu, irteera, defentsa eta konbinaketak sakonki eginez aurkeztuko duen Lurreko Teknika.

6.- KATAME WAZA

- Hautagaiak teknikak HAINBAT posiziotik egingo ditu.
- SANKAKU JIME
- UDE HISHIGI ASHI GATAME
- UDE HISHIGI TE GATAME

7.- JU NO KATA

- Hautagaiak Tori gisa, **JU NO KATA** osorik egingo du.
- IKKYO
- NIKYO
- SANKYO



JUDO eta KIROL ELKARTUEN EUSKAL FEDERAZIOA

FEDERACIÓN VASCA DE JUDO Y DD. AA.



JUDOKO 6. DANerako AZTERKETA ORRIA

1.- NAGE WAZA

TOKUI WAZA izan ezik, Hautagaiak libreki aukeratutako Zutikako Judo Lan bat egingo du

2.- KATAME WAZA

TOKUI WAZA izan ezik, Hautagaiak libreki aukeratutako Lurreko Judo Lan bat egingo du

3.- KATA

Hautagaiak, Tori gisa, KODOKAN GOSHIN JUTSU egingo du.

TOSHU-NO-BU

1-Erasoak - Distantzia Motzean

Ryote-dori
Hidari-eri-
dori
Migi-eri-dori
Kata-ude-
dori
Ushiro-eri-dori
Ushiro-jime
Kakae-dori

2-Erasoak - Distantzia Luzean

Naname-
uchi
Ago-tsuki
Ganmen-
tsuki
Mae-geri
Yoko-geri

BUKI-NO-BU

3-Erasoak - Puñalarekin

Tsukkake
Choku-zuki
Naname-
zuki

4-Erasoak - Makilarekin

Furiage
Furioroshi
Morote-
zuki

5-Erasoak - Pistolarekin

Shomen-zuke
Koshi-
gamae
Haimen-
zuke