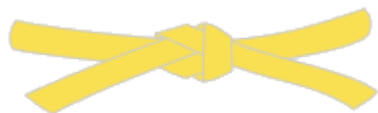


8. KYU - HAKKYU



Nage-waza:

1. Uki-goši



2. Sasae-curi-komi-aši



Katame-waza:

1. Makura-kesa-gatame



2. Uširo-kesa-gatame



3. Yoko-šiho-gatame



Základné pohybové zručnosti a vedomosti:

1. Pohyb po zápasisku bez súpera, vpred, vzad, do strán a v kruhu
2. Obi, tatami, sensei
3. Pravidlá súťaženia: Hadžime, Mate, Soremade, Osae-komi, Toketa, Sonomama, Joši