FURI SUKU RYU - JEUGD EXAMEN EISEN

Band kleur:	12e kyu Jeugd Rood	11e kyu Jeugd Rood	10e kyu Jeugd Geel	9e kyu Jeugd Oranje	8e kyu Jeugd Groen	7e kyu Jeugd Blauw	6e kyu Jeugd Bruin

SOLO OEFENINGEN/ BEWEGINGEN

Japanse benaming:		Nederlandse uitleg:	
Ichi, Ni, San, Shi, Go, Roku, Shichi, Hachi, Kyuu, Juu		Tellen: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10	
Tachi waza	Hidari kamae	Basishouding met linker voet	
	Migi kamae	Basishouding met rechter voet	
Tachi waza	Tori fune	Roeibeweging	
	Furi tama	energie verzamelen met handenschudden	
Tachi waza	Irimi ashi	Instappen/gewoon lopen	
	Tsugi ashi	Schuifstap eerst voorste voet	
	Okuri ashi	Schuifstap eerst achterste voet	
	Tenkai ashi	Draaien op de plaats	
	Tenkan ashi	Draaien op voorstevoet naar rugkant	
	Irimi tenkan ashi	Instappen en pirouette beweging	
	Kaiten ashi	Instappen en draaien op de plaats	
	Sokomen	Voorste voet naar buiten, achterste voet waar voorste voet eerst stond	
Tachi waza	Tai sabaki irimi	achterstevoet instappen en baby vasthouden	
	Tai sabaki tenkan	Draaien op voorstevoet naar rugkant en baby vasthouden	
Suwari waza	Mae shikko	Voorwaards knielopen	
	Ushiro shikko	Achterwaards knielopen	
	Irimi tenkan shikko	Knielopen met Instappen en pirouette beweging	
Suwari waza	Mae kaiten ukemi	Zittend voorwaards rollen	
	Ushiro kaiten ukemi	Zittend achterwaards rollen	
Tachi waza	Mae kaiten ukemi	Staand voorwaards rollen	
	Ushiro kaiten ukemi	Staand achterwaards rollen	
	Yoko kaiten ukemi	Staand zijwaards rollen	
Sonkyo	Mae choku to ukemi	Uit kikkerstand voorwaards valbreken	
	Ushiro choku to ukemi	Uit kikkerstand achterwaards valbreken	
	Yoko choku to ukemi	Uit kikkerstand zijwaards valbreken	

DUO OEFENINGEN/ BEWEGINGEN

Tachi waza	Gyaku hanmi katate dori		Spiegelbeeld pols vastpakken
Tachi waza	Aihanmi katate dori		Kruislinks pols vastpakken
Tachi waza	Shomen, Yokomen, Tski		Rechte slag, Schuine slag, Stoot
Tachi waza	Gyaku hanmi katate dori	Tai sabaki tenkan	Draaien op voorstevoet naar rugkant+baby vasthouden
Tachi waza+Suwari waza	Aihanmi katate dori	Ikkyo (Omoto)	Hand omhoog, andere hand op elleboog, voorlangs naar beneden
Tachi waza+Suwari waza	Aihanmi katate dori	Ikkyo (Ura)	Hand omhoog, andere hand op elleboog, irimi tenkan en achterlangs naar beneden
Tachi waza+Suwari waza	Gyaku hanmi katate dori	Ikkyo (Omoto)	Tsugi ashi, hand omhoog, hand naar elleboog, sokomen, voorlangs naar beneden
Tachi waza+Suwari waza	Gyaku hanmi katate dori	Ikkyo (Ura)	Tsugi ashi, hand omhoog, tenkan, en achterlangs naar beneden
Tachi waza	Aihanmi katate dori	Irimi nage (Omoto)	Irimi ashi, hand in nek, spierbal onder kin, duim omhoog, instappen en omlaag
Tachi waza	Aihanmi katate dori	Irimi nage (Ura)	Irimi ashi, hand in nek, spierbal onder kin, tenkan, duim omhoog en omlaag
Tachi waza	Gyaku hanmi katate dori	Irimi nage (Omoto)	Tsugi ashi, handlossnijden, hand in nek, spierbal onder kin, duim omhoog en omlaag
Tachi waza	Gyaku hanmi katate dori	Irimi nage (Ura)	Tsugi ashi, handlossnijden, hand in nek, spierbal onder kin, tenkan, duim omhoog en omlaag
Tachi waza	Aihanmi katate dori	Shiho nage (Omoto)	Sokomen, instappen achterste voet voor Uke langs, tenkai, kijk in oor
	Aihanmi katate dori	Shiho nage (Ura)	Tenkan, tenkai, kijk in oor
Tachi waza	Gyaku hanmi katate dori	Shiho nage (Omoto)	Sokomen, instappen achterste voet voor Uke langs, tenkai, kijk in oor
	Gyaku hanmi katate dori	Shiho nage (Ura)	Tenkan, tenkai, kijk in oor
Suwari waza	Ryote dori ryote mochi	Kokyu ho	Boekje dicht, boekje open, wereldbol
Tachi waza	4 Jo kata		4 combinatie pasjes met de Jo/stok
	6 Jo kata		6 combinatie pasjes met de Jo/stok

Junior graduering

12e Kyu	rood
11e Kyu	rood+gele slip
10e Kyu	geel
9e Kyu	oranje
8ste Kyu	groen
7e Kyu	blauw
6e Kyu Jeugd	bruin

Banden Jeugd:

12e Kyu	11e Kyu	10e Kyu	9e Kyu	8e Kyu	7e Kyu	6e Kyu
						Jeugd
Rood	Rood	Wit	Oranje	Groen	Blauw	Bruin

Slippen mogelijkheid per band:

11e+	met	met	met	met	met
12e kyu					
10e kyu					
9e kyu					
8e kyu					
7e kyu					

Banden Senioren:

6e Kyu	5e Kyu	4e Kyu	3e Kyu	2e Kyu	1e Kyu	1e > Dan
Wit	Wit	Wit	Wit	Wit	Wit	Zwart