



Budo Ryu Rotterdam

Exameneisen 2e kyu (blauwe band)

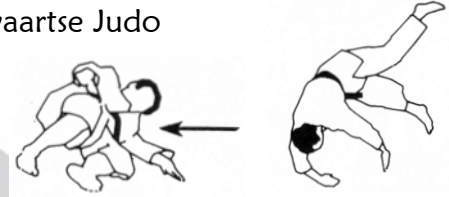
Minimale leeftijd 10 jaar

Ukemi waza - valbreken

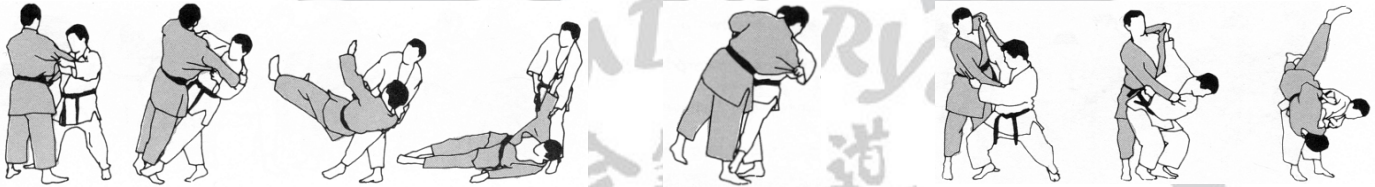
Mae Ukemi - (migi, hidari) zowel rechts als links voorwaartse Judo rol ook over partner heen met valbreken

Ushiro Ukemi - (migi, hidari)

Yoko Ukemi - (migi, hidari)



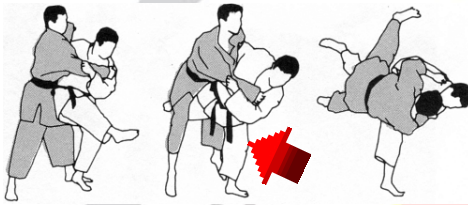
Nage waza - worpen



Okuri Ashi Barai
voetveeg tegen 2 benen

TsaTsai Tsuru Komi Ashi
voet blok aan de voorkant

Tsuru Komi Goshi
1 hand rever tilheupworp



Uchi Mata
been binnen dijbeen opzwaaien

Seoi Otoshi
kruising schouder/armworp



Hikomi
Staande kanteltechniek

vanaf 10 jaar, 3e groep

Keashi waza - overname Renraku waza - combinatie

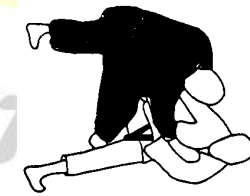
2 overnames naar keuze

2 combinaties naar keuze

Sutemi waza - offerworp



Yoko Hikomi Gaeshi
zijwaarts rond rollen



Yoko Wakare
zijwaarts ervoor liggen



Sumi Otoshi
been tegen billen strekken



Budo teaches people RESPECT
Budo leert mensen RESPECT hebben

