

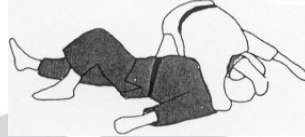


# Budo Ryu Rotterdam

## Exameneisen 2e kyu (blauwe band)

Minimale leeftijd 10 jaar

### Osae waza - houdgrepen



Gyaku Kesa Gatame  
omgekeerde controle

Kata Gatame  
schouder controle

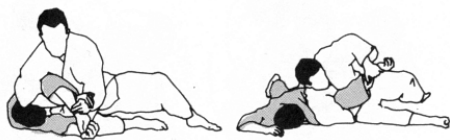
Mune Gatame  
borst controle

### Diversen

- Ebi bewegen in 3 richtingen
- Partner kunnen passeren (**Ne Waza** minimaal 3) als je tussen de benen zit
- Migi, Hidari (rechts en links) vanuit beweging kunnen werpen en geworpen worden
- **Uchi komi** vanuit beweging met je favoriete **Ashi waza** (beenworp), **Kata waza** (schouderworp) uitvoeren
- Je specialiteit (favoriete worp) in verschillende richtingen uitvoeren
- Elkaar (1 minuut) werpen met de bekende worpen zowel migi als hidari

### vanaf 10 jaar, 3e groep

### Kansetsu waza - armklemmen

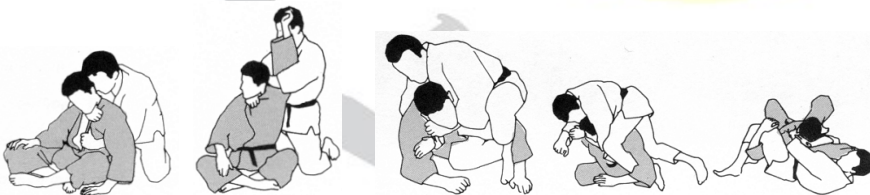


Waki Gatame  
overstrekking door okselcontrole

Hiza Gatame  
armklem met de knie

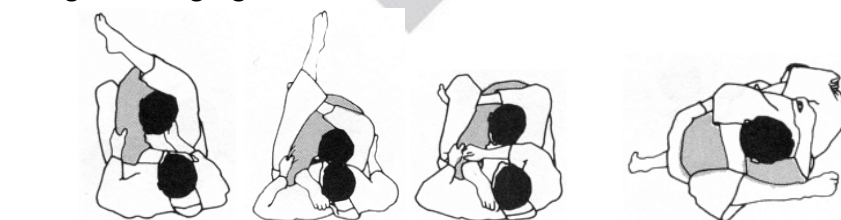
Tevens de eerder geleerde armklemmen uit diverse posities uitvoeren.

### Shime waza - verwurgingen



Tevens de eerder geleerde verwurgingen uit diverse posities uitvoeren.

Kata ha Jime (variatie met kanteltechniek)  
1 arm omhoog verwurging



Sankaku jime (mae-rug,  
verwurging met de benen)

yoko zijwaarts)



**Budo teaches people RESPECT**  
**Budo leert mensen RESPECT hebben**

