



HOJA DE EXAMEN PARA **1<sup>er</sup> DAN** DE JIU-JITSU

FECHA \_\_\_\_\_.

CANDIDATO D. /D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_.

**1º KIHON:** El candidato explicará y demostrará un fundamento a elección del tribunal.

*KYUSHO      UCHI KOMI      NAGE KOMI      KAKARI GEIKO*

**2º ATEMI WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas y aplicará bunkai sobre cada una de ellas.

*GEDAN GERI      ATAMA WAZA*

DEDOS Y FALANGES:

*IPPON-NUKITE*

*NIHON-NUKITE*

*YONHON-NUKITE*

*IPPON-KEN*

*NAKADAKA-IPPON-KEN*

*HIRAKEN*

**3º UKE WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas y bunkai sobre cada una de ellas.

*SOKUTEI OSAE UKE      SOKUTO OSAE UKE      MIKAZUKI GERI UKE*

**4º NAGE WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas en desplazamiento y bunkai sobre cada una de ellas.

*UKI-OTOSHI*

*KATA-GURUMA*

*MOROTE-GARI*

*USHIRO-GOSHI*

*TOMOE-NAGE*

*SASAE-TSURI-KOMI-ASHI*

**5º KATAME WAZA:** El candidato mostrará las siguientes técnicas y bunkai sobre cada una de ellas.

*KATA-TE-JIME*

*HIZA-GATAME*

*MUNE-GATAME*

*YONKYO*

**6º NE WAZA:** El Candidato demostrará un trabajo libremente:

*DESDE DISTINTAS POSICIONES DE UKE EN EL SUELO APLICANDO:*

*(Luxaciones, estrangulaciones e inmovilizaciones)*

**7º KATA:** El candidato realizará un Kata a elección del tribunal.

*DE TODAS LAS KATAS HASTA 1<sup>er</sup>.DAN*

**NOTA:** El tribunal podrá solicitar la demostración de cualquier aspecto técnico del programa oficial de la R.F.E.J.Y.D.A hasta 1<sup>er</sup> Dan.

**OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_

**MEDALLISTA EN CAMPEONATOS DE ESPAÑA O INTERNACIONALES**      **SI**      **NO**

TRIBUNAL DE EXAMEN

RESULTADO FINAL: APTO O NO APTO

NOTA FINAL \_\_\_\_\_

FIRMADO DON / DOÑA \_\_\_\_\_



HOJA DE EXAMEN PARA **2º DAN** DE JIU-JITSU

FECHA \_\_\_\_\_.

CANDIDATO D. /D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_.

**1º KIHON:** El candidato explicará y demostrará un fundamento a elección del tribunal.

*PSICOLOGÍA DEL ENFRENTAMIENTO ANTE VARIOS ADVERSARIOS  
TRABAJO CONTRA OBJETOS CONTUNDENTES*

**2º ATEMI WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas de puño a corta distancia.

*DIRECTOS                      CIRCULARES                      GANCHOS                      OBLICUOS*

**3º UKE WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas de esquivas de puño a corta distancia.

*LATERALES                      OBLICUAS                      CIRCULARES                      BALANCEOS DEL CUERPO*

BUNKAI DE LAS TECNICAS **ATEMI WAZA Y UKE WAZA** A CORTA DISTANCIA

**4º NAGE WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas en desplazamiento y bunkai sobre cada una de ellas.

*UCHI-MATA                      HANE-GOSHI                      URA-NAGE                      YOKO-GURUMA  
SUMI-GAESHI                      TANI-OTOSHI                      MAKIKOMI*

**5º KATAME WAZA:** El candidato mostrará las siguientes técnicas y bunkai sobre cada una de ellas.

*GOKYO                      TSUKOMI-JIME                      ASHI-KANSETSU-GATAME*

**6º NE WAZA:** El candidato realizará un trabajo libre.

*4 FORMAS DE GIRAR A UKE BOCA ABAJO CON DISTINTOS CONTROLES FINALES (2 con tori en suelo y 2 con tori en pie)*

**7º KATA:** El candidato realizará un Kata a elección del tribunal.

*UDE-ATE-JITSU-NO-KATA                      ASHI-ATE-JITSU-NO-KATA*

**NOTA:** El tribunal podrá solicitar la demostración de cualquier aspecto técnico del programa oficial de la R.F.E.J.Y.D.A hasta 2º Dan.

**OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_

**MEDALLISTA EN CAMPEONATOS DE ESPAÑA O INTERNACIONALES**                      **SI**                      **NO**

TRIBUNAL DE EXAMEN

RESULTADO FINAL: APTO O NO APTO                      NOTA FINAL \_\_\_\_\_

FIRMADO DON / DOÑA \_\_\_\_\_



HOJA DE EXAMEN PARA **3<sup>er</sup> DAN** DE JIU-JITSU

FECHA \_\_\_\_\_.

CANDIDATO D. /D<sup>a</sup> \_\_\_\_\_.

**1º KIHON:** El candidato explicará y demostrará un fundamento a elección del tribunal.

*TRABAJO CONTRA ARMA BLANCA*

*GO-NO-SEN-WAZA*

**2º ATEMI WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas y bunkai sobre cada una de ellas.

*MOROTE-TSUKI*

*MAE-TOBI-GERI*

*USHIRO-URA-MAWASHI-GERI*

**3º UKE WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas y bunkai sobre cada una de ellas.

*TETSUI-UKE*

*OTOSHI-UKE*

**4º NAGE WAZA:** El candidato realizará las siguientes técnicas en desplazamiento y bunkai sobre cada una de ellas.

*SEOI-OTOSHI*

*KUCHIKI-TAOSHI*

*ASHI-GURUMA*

*UTSURI-GOSHI*

*KAITEN-NAGE*

*KANI-BASAMI*

**5º KATAME WAZA:** El candidato mostrará las siguientes técnicas y bunkai sobre cada una de ellas.

*ASHI-GATAME*

*YUBI-KANSETSU*

*KUBI-KANSETSU*

**6º NE WAZA:** El candidato realizará un trabajo libre sobre una técnica: TOKUI-WAZA

\_\_\_\_\_

**7º KATA:** El candidato realizará un kata a elección del tribunal.

*TAMBO-JITSU-NO-KATA*

*TANTO-JITSU-NO-KATA*

**NOTA:** El tribunal podrá solicitar la demostración de cualquier aspecto técnico del programa oficial de la R.F.E.J.Y.D.A hasta 3<sup>er</sup> Dan.

**OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_

**MEDALLISTA EN CAMPEONATOS DE ESPAÑA O INTERNACIONALES**

**SI**

**NO**

TRIBUNAL DE EXAMEN

RESULTADO FINAL: APTO O NO APTO

NOTA FINAL \_\_\_\_\_

FIRMADO DON / DOÑA \_\_\_\_\_





