



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO Y D.A.
ESCUELA FEDERATIVA
temporada 2025/26



PROTOCOLO EXAMEN

FMJYDA

FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO Y D.A.
ENTIDAD DEPORTIVA DE UTILIDAD PÚBLICA
C.I.F. G79126306



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO Y D.A.
ESCUELA FEDERATIVA
temporada 2025/26

CÓMO SE DEBEN REALIZAR LOS EXAMENES DE CINTURÓN NEGRO DE JUDO

Entrada al tatami

- Tori y Uke, con el permiso de la mesa formada por los miembros del tribunal de examen, se colocarán frente a la misma y en el centro del tatami. tori a la derecha de la mesa y uke a la izquierda, a unos seis metros de distancia el uno del otro, saludarán al tribunal y luego se saludarán entre ellos, una vez realizado el saludo ambos darán un paso hacia adelante con el pie izquierdo, pasando de la posición estática en Chokuritsu a la posición dinámica en Shízen-hontai a unos 4 mts. aproximadamente. este saludo en pie valdrá para todo el trabajo en pie.

Fundamentos en pie

- Cuando el tribunal lo indique, Tori se acercará a la mesa para oír las preguntas de fundamentos en pie que le formularán, a una distancia aproximada de 2 metros. Tori explicará y verbalmente las preguntas y las realizará con una demostración física si así lo requiriera, o el tribunal de examen así lo solicita.
- El miembro del tribunal que formula las preguntas, lo hará claramente para que Tori ejecute el fundamento como lo indica su hoja de examen.
- Terminada esta parte, Tori volverá a su sitio frente a Uke (a cuatro metros de distancia, en el centro del tatami).

Tokui waza en pie

- Tori realizará su tokui waza libremente (como está escrito en la hoja de examen). estático, desplazamientos, encadenamiento pie-pie, pie-suelo, defensas y contras.
- Terminada esta parte, volverá a su sitio frente a uke (a cuatro metros de distancia, en el centro del tatami).

Técnicas en pie

- Tori realizará las técnicas en pie. como se lo va indicando el tribunal (como está escrito en la hoja de examen).
- Separarse cada vez que terminan una técnica un paso atrás cada uno (mientras ajusta el judogui) y hasta que le pidan la siguiente técnica.
- Cuando Tori y Uke terminan su demostración en pie se saludarán en ritsurei, a cuatro metros de distancia y en el centro del tatami, para indicar el final de este bloque en pie.



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO Y D.A.

ESCUELA FEDERATIVA

temporada 2025/26

Fundamentos judo Suelo

- Tori está frente a Uke en pie, a cuatro metros de distancia, en el centro del tatami.
- Se ponen los dos de rodillas, realizan el saludo en zarei.
- Este saludo valdrá para todo el trabajo en suelo.
- De nuevo Tori se acerca a la mesa a una distancia aproximada de 2 metros. y responde como lo hizo anteriormente a las preguntas de suelo, con una explicación verbal y física si así lo requiriera

Tokui waza en Suelo

- Tori solicitará a uke que se coloque en la posición con la que vaya a iniciar su trabajo, y se coloca al lado de Uke en la distancia de chikama (30cm de distancia).
- Tori realizará su tokui waza libremente, es decir, (como está escrito en su hoja de examen). estático, en movimiento, realizando combinaciones y/o encadenamientos, defensas y salidas. Cuando Tori y Uke terminan su demostración, volverán frente el uno del otro a la posición toma 1.20 metros en posición kyoshi.

Técnicas de suelo

- Uke adopta la posición kyoshi, a continuación, pone la mano derecha al suelo y se tumba boca arriba en posición Gyoga con los brazos a lo largo del cuerpo y la pierna izquierda flexionada y junta a la derecha (el pie izquierdo a la altura del tobillo derecho).
- Tori se levanta, se desplaza al costado derecho de Uke y se coloca en kyoshi en la distancia de chikama (30 cm.), se acerca a uke y va realizando las técnicas que le indica el tribunal.
- Tori, cada vez que termina una técnica, da un pequeño paso atrás y en posición kyoshi, antes de seguir con la siguiente, hasta que termine su parte de examen de suelo.
- Al terminar uke se incorpora, pone la mano derecha al suelo se levanta en kyoshi, arregla su judogui a la vez que Tori.
- Cuando Tori y Uke terminan su demostración, volverán a los cuatro metros de distancia y en el centro del tatami, en posición kyoshi.
- Cuando Tori y Uke terminan su demostración en suelo se saludarán en Zarei, a cuatro metros de distancia y en el centro del tatami, para indicar el final de este bloque en suelo.



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO Y D.A.
ESCUELA FEDERATIVA
temporada 2025/26

Kata

- La última parte del examen es la del kata correspondiente a cada grado, los dos, Tori y Uke se colocan a la distancia del kata que van a realizar y lo ejecutan (sin salir de la zona de combate)

Final del examen

- Terminado el Kata, ambos en pie saludan en Ritsurei al tribunal y se retiran del Tatami saludando en Ritsurei al salir del mismo.

NOTA

Durante el examen, tanto Tori como Uke deben mantener en todo momento la uniformidad correcta, realizando pequeños ajustes en la chaqueta (uwagi), el pantalón (zubon) o el cinturón (obi) para evitar que se suelten y sea motivo de interrupción en el examen para su debida colocación.