

požadavky: základní technika a metodika jejího nácviku, možné varianty techniky, kombinace s jinými techn

| | nage waza | katame waza |
|---------------------------|----------------------|--------------------------|
| Bílý, Libor | kosoto gari | ude gatame |
| Dreisig, Dušan | seoi (učí) maki komi | ude garami |
| Hammer, Michal | tani otoši | uširo žime |
| Holý, Vít | uki waza | kata gatame |
| Hověžák, Jaroslav | ko učí gari | kannuki gatame |
| Krivda, Michal | Osoto gari | kesa gatame |
| Malčík, Vojtěch | morote gari | Hadaka žime |
| Pastrňák, Lukáš | Ippon seoi nage | Okuri eri žime |
| Prokešová, Ludmila | harai goši | ude garami |
| Staněk, Ondřej | Ogoši | kata ha žime |
| Úbl, Václav | Ippon seoi nage | kata gatame |
| Závodský, Tomáš | kosoto gari | Ude hišigi džúdži gatame |

rikami, možnosti obrany proti technice