

ZÁPOČTOVÉ POŽADAVKY

(bp2070 a bk2070 – podzim 2014)

NAGE WAZA	GOŠI WAZA	O GOŠI	
		SODE CURI KOMI GOŠI	
	AŠI WAZA	O SOTO GARI	
		KO UČI GARI	
		SASAE CURI KOMI AŠI	
	TE WAZA	SEOI NAGE IPPON	
		TAI OTOŠI	
	SUTEMI WAZA	TANI OTOŠI	
		TOMOE NAGE	
		SOTO MAKI KOMI	
	KATAME WAZA	OSAEKOMI WAZA	KESA GATAME
			SANKAKU GATAME
JOKO ŠIHO GATAME			
KAMI ŠIHO GATAME			
TATE ŠIHO GATAME			
ŽIME WAZA		CUKI KOMI ŽIME	
		KATA TE ŽIME	
		HADAKA ŽIME	
		UŠIRO ŽIME	
KANSETSU WAZA		UDE HIŠIGI ŽUŽI GATAME	
		UDE GARAMI	