

Seznam technik

Teorie a didaktika úpolových sportů – džúdó

O goši

O soto gari

Ko uči gari

Sasae curi komi aši

Seoi nage ippon

Tai otoši

Tani otoši

Tomoe nage

Kesa gatame

Joko šiho gatame

Mune gatame

Tate šiho gatame

Ude garami

Ude hišigi žuži gatame

Hadaka žime

Uširo žime

Kata te žime