

Techniky k předmětu bp2070 a bk2070 Džúdó I.

O goši
Goši guruma
Harai goši

Ipon seoi nage
Tai otoši

O soto gari
Ko uči gari
De aši harai
Sasae curi komi aši

Tomoe nage
Tani otoši

Kesa gatame
Joko šiho gatame
Kami šiho gatame
Tate šiho gatame
Ušiho kesa gatame
Kata gatame

Ušiho žime
Hadaka žime
Kata te žime
Cuki komi žime
Sode guruma

Ude hišigi žuži gatame
Ude garami

Všechny techniky provést vlevo i vpravo.
Techniky znehybnění i v kolečku.