

Graderingsbestämmelser Tyresö Judo

U13 - U15 (Ungdomsgruppen)

	Vit-gult 6 kyu	Gult 5 kyu	Gul-orange 5 kyu	Orange 4 kyu
	Lägsta ålder 7 år	Lägsta ålder 7 år	Lägsta ålder 8 år	Lägsta ålder 9 år
Nage	O soto otoshi O uchi gari O goshi Kubi nage Seoi otoshi Hiza guruma (uke på ett knä) Uchi mata (uke på ett knä)	Ko uchi gari Ippon seoi nage De ashi harai O soto gari Uki goshi	Ko soto gake Tani otoshi Tsuru goshi Ko soto gari Hiza guruma Tai otoshi	(Morote) Seoi nage Harai goshi Tsurikomi goshi Tsubame gaeshi Sasae tsurikomi ashi Koshi guruma
Osaekomi	Kesa gatame Kuzure kesa gatame Mune gatame	Yoko shiho gatame Kuzure yoko shiho gatame Ura gatame	Kami shiho gatame Kuzure kami shiho gatame Ushiro kesa gatame	Tate shiho gatame Kata gatame
	Orange-grönt 4 kyu	Grönt 3 kyu	Blått 2 kyu	Brunt 1 kyu
	Lägsta ålder 10 år	Lägsta ålder 11 år	Lägsta ålder 13 år	Lägsta ålder 15 år
Nage	Tomoe nage Sode tsurikomi goshi Ushiro goshi Ko uchi makikomi Uchi mata Sumi gaeshi	Hane goshi Ashi guruma Uki waza Okuri ashi barai Soto makikomi Yoko sumi gaeshi Yoko tomoe nage		
Osaekomi	Kuzure tate shiho gatame			

Med lägsta ålder menas
under det året man fyller år.

Gäller från:
2025-01-01