

# 1.kyu – RJAVI PAS

- PADCI: naprej, nazaj, vstran, padec čez.
- GIBANJE: ushiro ten-kan, tenkai, ten-kan, kombinacija ten-kan tenkai, dvojni tenkan, bloki.

## TEHNIKE:

- 1. Ushiro eri dori** **TENCHI NAGE**  
*Obramba pred prijemom za ovratnik od zadaj; vstop-zasuk, objem z nadlahtjo in rušenje s klofuto.*
- 2. Ushiro katate dori kubi shime** **a - NIKYO** *(v knjigi SANKYO)*  
*Obramba pred prijemom za roko in davljenjem od zadaj; premet roke (preko glave), ki drži roko.*  
**b - NIKYO**  
*Obramba pred prijemom za roko in davljenjem od zadaj; podvlek pod roko, ki davi (drži vrat).*
- 3. Ushiro ryote dori** **JUJI NAGE (GARAMI)**  
*Obramba pred prijemom za obe roki od zadaj; gibanje z izvlekom pod roko (katero koli), vzvod s prekrižanjem rok in odmetavanjem .*
- 4. Shomen tsuki (aihanmi)** **IRIMI NAGE**  
*Obramba pred udarcem s pestjo v glavo(obraz); umik navzven, vzvod na vratu in metanje.*
- 5. Shomen tsuki (aihanmi)** **KOTE GAESHI** *(tenkan tenkai)*  
*Obramba pred udarcem s pestjo v glavo(obraz); umik navzven, vzvod na zapestju z rotacijo.*
- 6. Ushiro katate dori kubi shime** **HIJI SHIME OSAE - ERI KUBI SHIME**  
*Obramba pred prijemom za roko in davljenjem od zadaj; gibanje z izvlekom (umikom nazaj) pod roko in davljenje z reverjem in kontrola na komolcu.*
- 7. Tanto yokomen uchi (gyaku hanmi)** **GOKYO - IKKYO**  
*Obramba pred vbodom z nožem od strani; direkten blok z zvijanjem zapestja .*
- 8. Tanto chudan tsuki (gyaku hanmi)** **UDE GARAMI**  
*Obramba pred vbodom z nožem od spodaj s strani; direkten blok, vzvod z zvijanjem na laktu in zapestju.*
- 9. Eri dori tanto shomen tsuki** **IKKYO** **URA**  
*Obramba pred prijemom za rever in istočasnim napadom z nožem proti glavi (grlu); umik navzven, vzvod na roki z ekstenzijo.*
- 10. Tanto chudan tsuki (gyaku hanmi)** **HIJI SHIME OSAE**  
*Obramba pred vbodom z nožem v trebuh; umik navzven, vzvod na komolcu (zapestju) in obrat s popolno rotacijo zapestja (jemanje orožja.).*
- 11. Yokomenuchi (gyaku hanmi)** **UDE GARAMI**  
*Obramba pred udarcem v glavo od strani; direkten vstop, blok z izvlekom lakta odspodaj (oprijem komolca in prijem zapestja).*

# 1.kyu – RJAVI PAS

## 12. Juu dori

### HIJI SHIME OSAE

*Obramba pred napadom s pištolo; umik navzven, vzvod na komolcu (zapestju) in obrat s popolno rotacijo zapestja (jemanje orožja).*

## 13. Ushiro juu dori

### a - HIJI SHIME OSAE SOTO

*Obramba pred napadom s pištolo od zadaj; umik navzven, vzvod na komolcu (zapestju) in obrat s popolno rotacijo zapestja (jemanje orožja).*

### b – UDE GARAMI OMOTE

*Obramba pred napadom s pištolo od zadaj; umik navznoter, vzvod na komolcu (zapestju) in obrat s popolno rotacijo zapestja (jemanje orožja).*

## 14. Jiyu waza: Shomen uchi & Tsuki ICHNNIN DORI

*Gibanje s prosto izbiro tehnik proti udarcema v glavo od zgoraj in v telo - z enim napadalcem.*

## 15. Jiyu waza: Chudan tsuki

### NINNIN DORI

*Gibanje s prosto izbiro tehnik proti udarcu v telo - z dvema napadalcema.*