



 Judo Club Uster
Gerbetrasse 5, 8610 Uster
 +41 (0)79 829 8891
 info@jcu.ch | www.jcu.ch

Anmeldung zur Judo Orange-Gurtprüfung vom:

Judoprüfungen finden 2x pro Jahr in der letzten Woche vor den Frühlings- & Herbstferien statt.

Tag:

Datum + Uhrzeit:

Trainer:

!! Abgabe spätestens 6 Wochen vor der Prüfung beim Trainer bei welchem ihr auch die Prüfung machen wollt!!

Vorname: _____ Name: _____

Geburtsdatum: _____ E-Mail: _____

Jetziger Gürtelgrad: gelb (Datum der Gelbgurtprüfung) _____

Ich mache die Prüfung mit Gurt **SFr. 10.-**

Gewünschte Länge des neuen Halborange-Gürtels (in cm) _____

Prüfungs-Checkliste:

- Mein Uke heisst: _____
- Ich kenne alle Techniken, Prinzipien, Namen vom nächsten Kyu und allen tieferen Kyu.
- Ich habe diese Anmeldung und das Judo-Quiz ausgefüllt und von meinem Trainer korrigiert an dieser Anmeldung angefügt.
- Die Prüfungsgebühr ist direkt vor der Prüfung in **bar** (in richtiger Stückelung) zu bezahlen.
- Ich habe alle bis dato fälligen Mitgliederbeiträge bezahlt.
- Ich bringe meinen **SJV - Judo-Pass** an Prüfungstag mit.
- Ich oder meine Eltern haben in den letzten 12 Monaten an folgenden Events mitgeholfen (mind. 3): _____
- Ich habe in den letzten 12 Monaten an folgenden Turnieren teilgenommen (bis 12 Jahre: mind. 2): _____

Ich besuche folgende Trainings pro Woche: _____

Unterschrift Prüfling/Eltern: _____

Visum Trainer: _____

Erhalten am: _____

Viel Erfolg auf dem Weg zum Schwarzen Gürtel





 Judo Club Uster
Gerbetrasse 5, 8610 Uster
 +41 (0)79 829 8891
 info@jcu.ch | www.jcu.ch

Judo Kyu Quiz Orangegurt

1. Wie heissen die verschiedenen Wurfphasen auf Japanisch (richtige Reihenfolge)?
.....
.....
2. Was heisst „Kombinationstechnik“ auf Japanisch? Nenne ein Beispiel.
.....
3. Was heisst „Kontertechnik“ auf Japanisch? Nenne ein Beispiel.
.....
4. Nenne alle Grundsituationen am Boden.
.....
.....
5. Welche Wertungen gibt es im Shiai (in aufsteigender Reihenfolge)?
.....
6. Was ist „Osaekomi“ und was musst du dabei tun, damit es ein Waza-ari gibt?
.....
7. Welche Würfe sind im Orangegurt-Programm (achte auf die Gruppierung)?
Handwürfe (Te-waza):
Fusswürfe (Ashi-waza):
Hüftwürfe (Koshi-waza):
8. Was heisst „Griff fassen“ auf Japanisch und was ist dabei besonders wichtig?
.....
9. Was heisst „Üben nach Absprache“ auf Japanisch und was ist dabei besonders wichtig?
.....
10. Nenne alle Osaekomi- waza?
.....
.....
11. Welche 3 Sachen findest du am Judo am besten?
.....
.....
.....
.....

