

8. Kyu: weiß-gelber Gürtel
 Mindestalter:
 vollendetes 7. Lebensjahr

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm

Falltechnik (3 Aktionen)	rückwärts	seitwärts (beidseitig)			
Grundform der Wurftechniken (4 Aktionen)	O-goshi <i>oder</i> Uki-goshi (beidseitig)	O-soto-otoshi (beidseitig)			
Grundform der Bodentechniken (4 Aktionen)	Kuzure-kesa-gatame (beidseitig)	Mune-gatame (beidseitig)			
Anwendungsaufgabe Stand (2 Aktionen)	<ul style="list-style-type: none"> • Wenn Uke schiebt und/ oder vorkommt wirft Tori Uki-goshi <i>oder</i> O-goshi • Wenn Uke zieht und/ oder zurückgeht wirft Tori O-soto-otoshi 				
Anwendungsaufgabe Boden (2 Aktionen)	<ul style="list-style-type: none"> • 2 unterschiedliche Verkettungen von kontrolliertem Werfen mit anschließendem Haltegriff und nachfolgender Befreiung von Uke 				
Randori (3-5 Randori a' 1 min.)	<ul style="list-style-type: none"> • Aus dem Kniestand Bodenrandori beginnen; d.h. freies Kämpfen, um die erlernten Haltegriffe und Befreiungen zu erproben 				

DEUTSCHER JUDO-BUND e.V.