

# Exameneisen op slip niveau

	<b>Cijfer:</b>	
Wit		0 Achterwaartse val
		0 Voorwaartse val
		0 Zijwaartse val rechts en links
		0 Judorol rechts en links
Wit + 2 gele slips		0 O-zo-daar-gaat-ie + reuzehoudgreep
		0 O-zo-daar-gaat-ie + uke bok (1) buldozer + babyhoudgreep
Wit + 2 oranje slips		0 Stoffer en blik + uke buik (1) sterke derk + babyhoudgreep
Wit + 2 groene slips		0 O-oei-daar-gaat-ie + uke rug (1) 1e passeertechniek + reuzehoudgreep
Wit + 2 blauwe slips		0 Grote heupworp + uke bok (2) koning a.h. hoofd v.d. tafel + borsthoudgreep
		0 De ander maakt O-oei-daar-gaat-ie, allebei judopakking vasthouden en trek uke tussen de knieën dan Kniestoot + reuzehoudgreep
Wit + 2 bruine slips		0 Alle technieken moeten uit beweging
		0 Nekheupworp + Donkere kamer
		0 De ander maakt een worp, jij draait door en gaat bokje zitten jij maakt afknijpertje + omgekeerde reuzehoudgreep
Geel		0 Alle technieken moeten uit beweging
		0 Alle technieken moeten rechts en links
		0 Spierbalworp + motorhoudgreep
Geel + 2 oranje slips		0 Kniewiel + tovertafel + variatie reuzehoudgreep
		0 Jij maakt O-oei-daar-gaat-ie + 2e passeertechniek + babyhoudgreep
		0 Kleine beenhaak van buiten + variatie motorhoudgreep (-18 gestrekte armklem)
Geel + 2 groene slips		0 Liftend trekkende heupworp + geheim agent 007 + variatie babyhoudgreep
		0 Tweearmige rugworp + variatie donkere kamer (-15 juji-jime)
		0 Struikelworp + haakje maken, omlopen variatie borsthoudgreep (-18 gebogen armklem)
Geel + 2 blauwe slips		0 De ander maakt spierbalworp + tai-sabaki + overname met Tani-otshi
		0 De ander werpt + reuzehoudgreep, bevrijden houdgreep
		0 De ander O-oei-daar-gaat-ie, tori knieschaar + motorhoudgreepen
		0 De ander O-oei-daar-gaat-ie, tori omgekeerde knieschaar + var. borsthoudgreep
Geel + 2 bruine slips		0 Combineren van houdgrepen
		0 Uke maakt worp - tori bok - uke koning a.h. hoofd v.d. tafel - tori overnemen met koning a.h. hoofd v.d. tafel + schouderhoudgreep
		0 Tori O-oei-daar-gaat-ie + Uke één been insluiten + Tori controle bovenlichaam en beenbevrijding + houdgreep
ORANJE		0 Tori nekheupworp + uke geeft verzet + tori o-oei-daar-gaat-ie
		0 Alle technieken moeten uit beweging
		0 Alle technieken moeten rechts en links
Oranje + 2 groene slips		0 Ko-uchi-gari + Uke rug + Kata-juji-jime (4)
		0 Harai-goshi + Uke bok + juji-gatame (4)
		0 Hane-goshi + uke bok + kata-juji-jime (5)
Oranje + 2 blauwe slips		0 Kata-Guruma + uke buik (3) beenhefboom + motorhoudgreep
		0 Ko-uchi-gari + uke stapt uit en herstelt balans + tori Ippon-seoi-nage
		0 uke o-uchi-gari + tori stapt uit en cirkelt direct om ippon-seoi-nage
Oranje + 2 bruine slips		0 Uki-otoshi + kuzure-kami-shiho-gatame
		0 Bevrijding uit Kami-shiho-gatame
		0 uke o-uchi-gari + tori spinning juji-gatame
		0 Okuri-ashi-barai + Uke buik + tori hadaka-jime
GROEN		0 uke o-uchi-gari + tori hiza-gatame
		0 tori ippon-seoi-nage op 2 knieën + tori bok (3)
		0 sumi-gaeshi
		0 2 hikomi's
		0 Alle technieken moeten uit beweging
		0 Alle technieken moeten rechts en links
		0 1e serie Nage-no-kata of 1e t/m 3e worp Gonosen-no-kata