

Examen BRUIN (1kyu)

Datum: _____

Voornaam: _____

Naam: _____

Shodan Klemmen: goed/ niet goed

Shodan Wurgingen: goed/ niet goed

Rollen/vallen: goed/ niet goed

Inzet tijdens trainingen: goed/ niet goed

Variaties: goed/ niet goed

Opwarming: goed/ niet goed

Kata's:

| <u>Suwari Waza</u> | <u>Opmerkingen</u> | <input checked="" type="checkbox"/> / <input checked="" type="checkbox"/> |
|---------------------|--------------------|---|
| Sin ryu dori | | <input type="checkbox"/> |
| Sin ryu zeme dori | | <input type="checkbox"/> |
| Tekagami | | <input type="checkbox"/> |
| Nuki dori | | <input type="checkbox"/> |
| Sin ryu nage | | <input type="checkbox"/> |
| Ude dori | | <input type="checkbox"/> |
| Ude maki dori | | <input type="checkbox"/> |
| Mune dori | | <input type="checkbox"/> |
| Mune maki dori | | <input type="checkbox"/> |
| Uchi komi dori | | <input type="checkbox"/> |
| Tsukimi dori | | <input type="checkbox"/> |
| Ura ken | | <input type="checkbox"/> |
| <u>Antachi Waza</u> | | |
| Yoko mae dori | | <input type="checkbox"/> |
| Mae Nihon Nage | | <input type="checkbox"/> |
| Ushiro Nihon Nage | | <input type="checkbox"/> |
| <u>Tachi Waza</u> | | |
| Sin ryu dori | | <input type="checkbox"/> |
| Sin ryu zeme dori | | <input type="checkbox"/> |
| Tekagami | | <input type="checkbox"/> |
| Nuki dori | | <input type="checkbox"/> |
| Sin ryu nage | | <input type="checkbox"/> |
| Ude dori | | <input type="checkbox"/> |
| Ude maki dori | | <input type="checkbox"/> |
| Mune dori | | <input type="checkbox"/> |
| Mune maki dori | | <input type="checkbox"/> |
| Uchi komi dori | | <input type="checkbox"/> |
| Tsukimi dori | | <input type="checkbox"/> |
| Ura ken | | <input type="checkbox"/> |
| Kubi jimi dori | | <input type="checkbox"/> |
| Yoko men uchi | | <input type="checkbox"/> |
| Ushiro zeme dori | | <input type="checkbox"/> |
| Ushiro emon dori | | <input type="checkbox"/> |

Examen afgenomen door:

Resultaat:

Geslaagd / Niet Geslaagd