

Javaslatok a 2015 nyári kyu vizsgák észrevételei alapján

A 2015-ös székesfehérvári, nyári kyu vizsgán a vizsgáztatók, és a technikai bizottság feljegyzései alapján az alábbi javaslatokat ajánljuk a kyu vizsgára készülők és a vizsgákra felkészítő dojo vezetők figyelmébe. Összevetve a korábbi javaslatokkal az ismétlődő pontokat külön kiemeltük. Ezek a pontok a következő kyu vizsgán a korábbinál szigorúbb elbírálás alá esnek! Kérjük a vizsgára készülőket, és a dojo vezetőket, hogy ezeknek a pontoknak kiemelt figyelmet szenteljenek.

Azok az észrevételek, amelyek több fokozatnál is felmerültek minden (nem csak kyu) fokozatra érvényesek:

Uke munka

- Pontosabb támadások: Az ütések ériék el a partneredet: Shomen, Yokomen uchi ne álljon meg a partner előtt!
- Állóképesség.

Eszköz

- Pontosabb fogás: az eszköz fogásánál ügyelj rá, hogy a boken/jo végét fogd.
- A vágásokat fej fölül, a saját középvonaladból indítsd, kirikaeshi bemutatása során is!

Tai jutsu

- Rögzítéseknél ügyelj a pontos testtartásra: egyenes hát, zárt sarok.
- Zagi lábmunka: minden fokozatra -> hátsó sarok a medence alá fordítva.
- Ushiro waza: az uke legyen kibillentve.

Kiegészítő javaslatok fokozatonként

- 5 kyu

Zagi kokyu ho: mindkét kezeddal alkalmazd a tegatanát (kardkéz elv); tartsd meg a süllyesztett pozíciót; talajon rögzíts a gyakorlat végén.

- 4 kyu

Figyelj a pontos yokomen uchi támadásokra és a fogadására. Kontrolláld a partnered középvonalát. (Ikkyo undo két kézzel).

Jo: jodan gaeshi-nál tiszta kamae-ból indítsd az ütést, ne a jo forgatása közben.

- 3 kyu

Ushiro ryote dori: nyisd meg, billentsd ki az uke-t.

- 2 kyu

Dolgozz dinamikusán, legyen meg az ehhez szükséges állóképességed ukeként is.

- 1 kyu

Dolgozz dinamikusán, legyen meg az ehhez szükséges állóképességed ukeként is.

Suwari waza: fontos a szabaki, ne egy helyben dolgozz.

Jo: magabiztosabb technikai ismeret, ne légy bizonytalan a gyakorlatok végrehajtásában.