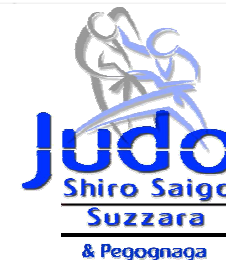




## PROGRAMMA ESAMI BAMBINI PRIMO CORSO



柔道  
自他共栄

GRADO	CINTURA	PARTE GENERALE	NAGE WAZA	KATAME WAZA	REN RAKU / KAESHI
VI KYU	BIANCO/GIALLA	REI UKEMI	O GOSHI TAI OTOSHI	KUZURE KESA GATAME YOKO SHIHO GATAME	/
V KYU	GIALLA	REI UKEMI	HIZA GURUMA O UCHI GARI	KESA GATAME KUZURE YOKO SHIHO GATAME	/
V KYU	GIALLA/ARANCIO	SHIZEI SHINTAI	UKI GOSHI	KATA GATAME 1 HAIRI KATA	/
IV KYU	ARANCIO	SHIZEI SHINTAI	KO UCHI GARI	KAMI SHIHO GATAME 2 HAIRI KATA	1 NAGE-NAGE
IV KYU	ARANCIO/VERDE	KUZUSHI-TSUKURI KAKE	O SOTO GARI	TATE SHIHO GATAME 3 HAIRI KATA	1 NAGE-NAGE 1 KATAME-KATAME
III KYU	VERDE	KUMI KATA	IPPON SEOI NAGE	USHIRO KESA GATAME MAKURA KESA GATAME 4 HAIRI KATA	2 NAGE-NAGE 2 KATAME-KATAME 1 NAGE-KATAME

CINTURA	TEMPO MINIMO	ETA MINIMA
BIANCO/GIALLA	3 MESI	4 ANNI
GIALLA	1 ANNO	5 ANNI
GIALLA/ARANCIO	1 ANNO	6 ANNI
ARANCIO	1 ANNO	7 ANNI
ARANCIO/VERDE	1 ANNO	8 ANNI
VERDE	1 ANNO	8 ANNI

**TEMPI MINIMI PER PASSAGGIO DI CINTURA**  
(Salva la frequenza normale)