



# Kyu examen 2018

## Programma examenles

### lesduur: 60 minuten

00:00 – 00:10 minuten	-	Warming-up (judo gerelateerd)
00:10 – 00:20 minuten	-	Ukemi-waza (valbreken)
00:20 – 00:30 minuten	-	Ne-waza/ tachi-waza (grond en/ of staande techniek)
00:30 – 00:50 minuten	-	Examenopdracht en promotie
00:50 – 01:00 minuten	-	Randori/ eindspel/ afgroeten

### Toelichting

- ⚔ Je moet geen examen doen; je mag examen doen.
- ⚔ Je kunt examen doen als je vooraf bent ingeschreven en het inschrijfgeld is betaald.
- ⚔ Iedereen kan meedoen aan de examenles; dus ook als je geen examen doet.
- ⚔ Alle examenkandidaten zijn vooraf beoordeeld wat ze kunnen en welke gradatie ze nu waard zijn.
- ⚔ Examenkandidaten die tijdens de examenles extra goed hun best doen, maken kans op een extra dikke slip en of band; in uitzonderlijke gevallen zelfs extra gradatie.
- ⚔ Ook kennis van de Japanse benamingen en dojo etiquette tellen mee in de beoordeling

Namens Team Gouwe Sports  
Het docententeam