

Graderingsbestämmelser Tyresö Judo

U18 - Vuxna (Vuxengruppen)

	Gult 5:e kyu Lägsta ålder 7 år	Orange 4:e kyu Lägsta ålder 9 år	Grönt 3:e kyu Lägsta ålder 11 år	Blått 2:a kyu Lägsta ålder 13 år	Brunt 1:a kyu Lägsta ålder 15 år
Nage	O soto otoshi O uchi gari O goshi Kubi nage Ippon Seoi nage (från knä) Ko uchi gari Ippon seoi nage Koshi guruma De ashi barai O soto gari Uchi mata (uke på knä)	Ko soto gake Uki goshi Tsuru goshi Ko soto gari Eri seoi nage Tsubame gaeshi Morote seoi nage Tai otoshi Uchi mata (höft) Harai goshi Tani otoshi Tsuru komi goshi Ushiro goshi Sasae tsuri komi ashi	Seoi otoshi Sode tsuri komi goshi Yoko sumi gaeshi Ko uchi maki komi Uchi mata (ben) Yoko tomoe nage Hiza guruma Hane goshi Tomoe nage Sumi gaeshi Ashi guruma Uki waza Okuri ashi barai Soto maki komi	Harai tsuri komi ashi Te guruma Yoko otoshi Yoko guruma O guruma Morote gari Uki otoshi	Ura nage Yoko gake Utsuri goshi O soto guruma Kata guruma Sumi otoshi Sukui nage Yoko wakare
Osaekomi	Kuzure kesa gatame Mune gatame Yoko shiho gatame Kuzure yoko shiho gatame Ura Gatame	Kami shiho gatame Kuzure tate shiho gatame Tate shiho gatame Ushiro keza gatame Kesa gatame	Kuzure kami shiho gatame Kata gatame Sangaku gatame (för vuxna) Makura kesa gatame Uki gatame		
Kansetsu		Juji gatame Ude garami	Ude gatame Kanucki gatame Waki gatame	Kesa garami Ashi gatame	Hara gatame Hiza gatame
Shime		Gyaku juji jime Okuri eri jime Kata te jime	Sankaku jime Nami juji jime Kata juji jime	Hadaka jime Kata ha jime Tsukomi jime	Sode guruma jime Ryote jime