

# Examen oranje band



groeten



Vallen



grote beenhaak



voet veeg



knie blok



grote heup



heup wiel



schouderworp



tillende heup

2 overnames en 2 combinaties van een worp



zijhoudgreep



borsthoudgreep  
van op zij



borsthoudgreep  
van achter



borsthoudgreep  
van boven



Tori rug  
Uke tussen benen

2 technieken situatie newaza

11 jaar en ouder



juji gatame



ude garami



ude gatame



nami juji jime



kata juji jime



gyaku juji jime



hadake jime