

FEDERACION METROPOLITANA DE JUDO

Afiliada a la Confederación Argentina de Judo

Nicaragua 6058 (1414) Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Telefax: (54-11) 4778-1355 – Personería Jurídica C-7155

E-mail: fmjudo@iplanmail.com.ar - www.fmjudo.org.ar

Programa General de Examen

Varones

Para aspirar al grado Dan:

Bases del Judo (Cuadernillo de Iniciación y Reglamento de Arbitraje).

Katas: Nage No Kata (Te Waza, Koshi Waza y Ashi Waza).

Katame No Kata (Osae Waza).

Gonosen No Kata (Cuatro primeras técnicas).

Para aspirar al grado 2do. Dan:

Bases del Judo (Cuadernillo de Iniciación y Reglamento de Arbitraje).

Katas: Nage No Kata completo.

Katame No Kata (Osae Waza y Shime Waza).

Gonosen No Kata (ocho primeras técnicas).

Para aspirar al grado 3er. Dan:

Bases del Judo (Cuadernillo de Iniciación y Reglamento de Arbitraje).

Katas: Katame No Kata completo.

Gonosen No Kata completo.

Mujeres

Para aspirar al grado Dan:

Bases del Judo (Cuadernillo de Iniciación y Reglamento de Arbitraje).

Katas: Nage No Kata (Te Waza, Koshi Waza y Ashi Waza).

Katame No Kata (Osae Waza).

Ju No Kata (Grupo 1).

Para aspirar al grado 2do. Dan:

Bases del Judo (Cuadernillo de Iniciación y Reglamento de Arbitraje).

Katas: Nage No Kata completo.

Katame No Kata (Osae Waza y Shime Waza).

Ju No Kata (Grupo 1 y 2).

Para aspirar al grado 3er. Dan:

Bases del Judo (Cuadernillo de Iniciación y Reglamento de Arbitraje).

Katas: Katame No Kata completo.

Ju No Kata completo.

Asesoría Técnica F.M.J.