



PROGRAMMA TECNICO JUDO BAMBINI FINO A 10 ANNI

PARTE GENERALE

GRADO	CINTURA	ARGOMENTI
VI KYU	BIANCA - GIALLA	Rei, Ukemi
V KYU	GIALLA	Rei, Ukemi
V KYU	GIALLA - ARANCIONE	Shizei, Shintai
IV KYU	ARANCIONE	Shizei, Shintai
IV KYU	ARANCIONE - VERDE	Kuzushi, Tsukuri, Kake
III KYU	VERDE	Kumi-kata

NAGE WAZA

GRADO	CINTURA	TECNICHE
VI KYU	BIANCA - GIALLA	O Goshi, Tai Otoshi
V KYU	GIALLA	Hiza Guruma, O Uchi Gari
V KYU	GIALLA - ARANCIONE	Uki Goshi
IV KYU	ARANCIONE	Ko Uchi Gari
IV KYU	ARANCIONE - VERDE	O Soto Gari
III KYU	VERDE	Ippon Seoi Nage

KATAME WAZA

GRADO	CINTURA	TECNICHE
VI KYU	BIANCA - GIALLA	Kuzure Kesa Gatame, Yoko Shiho Gatame
V KYU	GIALLA	Kesa Gatame, Kuzure Yoko Shiho Gatame
V KYU	GIALLA - ARANCIONE	Kata Gatame, 1 Hairi Kata
IV KYU	ARANCIONE	Kami Shiho Gatame, 2 Hairi Kata
IV KYU	ARANCIONE - VERDE	Tate Shiho Gatame, 3 Hairi Kata
III KYU	VERDE	Ushiro Kesa Gatame, Makura Kesa Gatame, 4 Hairi Kata



PROGRAMMA TECNICO JUDO BAMBINI FINO A 10 ANNI

RENRAKU WAZA – KAESHI WAZA

GRADO	CINTURA	TIPOLOGIA
IV KYU	ARANCIONE	1 Nage/Nage
IV KYU	ARANCIONE - VERDE	1 Nage/Nage – 1 Katame/Katame
III KYU	VERDE	2 Nage/Nage – 2 Katame/Katame 1 Nage/Katame

TABELLA DI RIFERIMENTO PER PASSAGGIO DI GRADO

ETA'	GRADO CONSEGUIBILE	FREQUENZA MINIMA
4 ANNI	CINTURA BIANCA (VI Kyu)	3 MESI
5 ANNI	CINTURA BIANCA-GIALLA (VI Kyu)	1 ANNO
6 ANNI	CINTURA GIALLA (V Kyu)	1 ANNO
7 ANNI	CINTURA GIALLA-ARANCIONE (V Kyu)	1 ANNO
8 ANNI	CINTURA ARANCIONE (IV Kyu)	1 ANNO
9 ANNI	CINTURA ARANCIONE-VERDE (IV Kyu)	1 ANNO
10 ANNI	CINTURA VERDE (III Kyu)	1 ANNO