

2. ko – Orange-grønt (kodomo – børn)

Del	Teknik	Bemærkninger
Ukemi	Yoko Ukemi (over forhindring)	Sidefald over flad buk Højre/venstre
	Mae Otoshi Ukemi	Forlæns fladt fald
	Ushiro Otoshi Ukemi	Baglæns fladt fald
Aikido Kihon	<i>Ai Hanmi Katate tori + Mawashi Tsuki</i> Ikkyo	Diagonal greb i håndled + cirkelslag 1. teknik/armkontrol
Nage Kihon	Harai Goshi	Fejende hoftecast
	Tai Otoshi	Kropsstyrt
Ranraku/ Ransoku Waza	O Uchi Gari + Ko Uchi Gari	Videreførings teknik
Ne Waza	Ude Hishigi Juji Gatame	Sidestræklås
Atemi Kihon		Højre + venstre
Slagpuder	Yoko Empi Uchi	Albuestød sidelæns
	Uraken Uchi	Baghånds knoslag
1. Kombination	<i>Kizami Tsuki</i> Uchi Shuto Uke + Mae Ashi Mawashi Geri + Gyaku Tsuki	Lige stød, hoften med frem Håndkantsblok Cirkelspark foreste ben Stød modsat arm/ben
2. Kombination	<i>Uraken Uchi</i> Soto Uke + Yoko Empi Uchi + Jodan Gyaku Mae Empi	Baghåndsslag Armblok Albuestød til siden Albuestød fremad
Duo	B – Slag/spark 1. Tsuki 2. Ago Tsuki <i>eller</i> Mawashi Tsuki 3. Mae Geri 4. Mawashi Geri	Egne kombinationer. Husk pre-attack. 1. Stød mod hovedet eller maven 2. Stød mod kæbe (uppercut) Cirkel slag mod ansigt 3. Frontspark mod maven 4. Cirkelspark mod maven Til graduering vises 3 af dommer angivne angreb (som til almindelig duo-konkurrence) Se gældende duo-regler for yderligere informationer.
Kamp	Fighting efter JJIF-regler 3 minutter	Fri kamp slag, spark, kast, gulvkamp

Ju-Jutsu teknikker		Både variation a + b. Højre + venstre
1.a	Gyaku Mawashi Tsuki	Cirkelslag modsat arm/ben
	Uchi Uke + Jodan Gyaku Mae Empi Uchi + Mune Tori + Kuzure Ude Hishigi (til gulv) + Ude Garami Henka Waza	Indvendig armblok + albuestød greb i revers + armstræklås Krydslås
1.b	Gyaku Mawashi Tsuki	Cirkelslag modsat arm/ben
	Uchi Uke + Teisho Uchi + Kuzure Ude Hishigi + Ushiro Empi Uchi	Indv. armblok + håndbaldestød Armstræklås over skulderen Albuestød bagud
2.a	Ushiro Kubi Shime	Kvæler bagfra med underarm
	Grib arm og synk ned (frigørelse) Ushiro Empi Uchi Tai Otoshi Gyaku Tsuki	Albuestød bagud (ydside) Kropsstyrt Stød
2.b	Ushiro Kubi Shime	Kvæler bagfra med underarm
	Grib arm og synk ned (frigørelse) Ushiro Empi Uchi Ude Garami Henka Waza	Albuestød bagud (inderside) Krydslås
3. a	Ai Hanmi Katate Tori + Gyaku Mawashi Tsuki	Greb i diagonal hånd + slag
	Ikkyo Omote (på grebsarm) Fastholde på gulv	Armkontrol
3. b	Ai Hanmi Katate Tori + Gyaku Mawashi Tsuki	Greb i diagonal hånd + slag
	Ikkyo Ura (på grebsarm) (Drej rundt på gulv) Ude Hishigi Juji Gatame	Armkontrol Sidestræklås
Jiyu Waza	Frit forsvar 25 stk, efter dommerens valg	25 vellykkede forsvar

Vejledende bemærkninger

Etikette.

Kendskab til fighting og duo regler.

Våbenkontrol.