

ESAME V KYU (CINTURA GIALLA)	ESAME IV KYU (CINTURA ARANCIONE)	ESAME III KYU (CINTURA VERDE)	ESAME II KYU (CINTURA BLU)	ESAME I KYU (CINTURA MARRONE)
<p>PARTE GENERALE</p> <p>FORME DI SALUTO (ZA REI - RITSU REI) CADUTE (UKEMI) CENNI SUGLI SQUILIBRI (KUZUSHI) KUMI KATA</p>	<p>PARTE GENERALE</p> <p>KUZUSHI, TSUKURI, KAKE DIFESA ( GO, CHOWA, YAWARA)</p>	<p>PARTE GENERALE</p> <p>RENRAKU GAESHI CENNI SULLA SUDDIVISIONE TECNICHE JUDO</p>	<p>PARTE GENERALE</p> <p>STORIA DEL JUDO APPUNTI</p>	<p>PARTE GENERALE</p> <p>STORIA DEL JUDO APPUNTI</p>
<p>TECNICHE DI PROIEZIONE IN PIEDI (NAGE WAZA)</p> <p>SEOI NAGE (IPPON - MOROTE) O SOTO GARI UKI GOSCHI O GOSHI TAI OTOSHI</p>	<p>TECNICHE DI PROIEZIONE IN PIEDI (NAGE WAZA)</p> <p>KO SOTO GARI O UCHI GARI KO UCHI GARI HARAI GOSHI</p>	<p>TECNICHE DI PROIEZIONE IN PIEDI (NAGE WAZA)</p> <p>SASAE TSURIKOMI ASHI KO SOTO KAKE HIZA GURUMIA SEOI OTOSHI</p>	<p>TECNICHE DI PROIEZIONE IN PIEDI (NAGE WAZA)</p> <p>UCHI MATA SUMI GAESHI SOTE TSURI KOMI GOSHI KOSHI GURUMIA</p>	<p>TECNICHE DI PROIEZIONE IN PIEDI (NAGE WAZA)</p> <p>YOKO TOMOE NAGE ASHI GURUMIA TANI OTOSHI SOTO MAKIKOMI</p>
<p>TECNICHE DI CONTROLLO (KATAME WAZA)</p> <p>HON KESA GATAME YOKO SHIHO GATAME OKURI HERI JIME UDE HISHIGI JUJI GATAME</p>	<p>TECNICHE DI CONTROLLO (KATAME WAZA)</p> <p>KAMI SHIHO GATAME ( NAMI, KATA, GYAKU ) JUJI JIME UDE GARAMI</p>	<p>TECNICHE DI CONTROLLO (KATAME WAZA)</p> <p>UDE HISHIGI HIZA GATAME HADAKA JIME DIMOSTRAZIONE DI TRE HAIRI KATA</p>	<p>TECNICHE DI CONTROLLO (KATAME WAZA)</p> <p>SANKAKU GATAME SANKAKU JIME DIMOSTRAZIONE DI QUATTRO HAIRI KATA DIMOSTRAZIONE DI DUE FUSEGI DA KATAME WAZA</p>	<p>TECNICHE DI CONTROLLO (KATAME WAZA)</p> <p>DIMOSTRAZIONE DI SEI HAIRI KATA DIMOSTRAZIONE DI DUE FUSEGI DA KATAME WAZA DIMOSTRAZIONE DI DUE FUSEGI DA KANSETSU WAZA DIMOSTRAZIONE DI DUE FUSEGI DA SHIME WAZA</p>
<p>YAKUSOKU GEIKO RANDORI (NE WAZA)</p>	<p>DIMOSTRAZIONE PROPRIO TOKUI WAZA</p>	<p>RANDORI (NAGE WAZA) CENNI DI ARBITRAGGIO</p>		