

Confederación Argentina de Judo

Reglamentación General para 2do Dan Programa de Examen Competidores



- **Dos años de antigüedad en la categoría anterior**
- 17 años edad mínima
- 1 curso CAJ durante su permanencia como 1er Dan (el mismo deberá realizarse en el año de su postulación a 2do Dan)
- Documentación Federativa y Confederativa en regla
- Currículo Vitae deportivo/competitivo
- Fotocopia del último diploma de examen
- Carta presentación de su institución o federación
- Participación activa competitiva en el último año, nivel Nacional y Provincial.

Programa Técnico		
Bases	Preparación física básica, Ejercicios relacionados al ne- waza, ukemi waza para la competición. Uchikomi (estático y dinámico). Kake Geiko, Sute Geiko, práctica y desarrollo. Desplazamientos en Ne Waza. De cubito ventral y de cubito dorsal.	
Tokui Waza	Entrenamiento técnico de Katame Waza No Koboo	
	Osaekomi Waza: Hairi kata (formas de entrada)	
	Shime Waza – Kansetsu Waza – Osaekomi Waza –	Tori Kata, Fusegui Kata, Nogare Kata. Formas de hacer, impedir y eludir
Renraku Waza	Osaekomi a Osaekomi / Shime waza a Osaekomi / Kansetsu Waza a Osaekomi / Variantes diversas a elección	
Kaeshi Waza	Sobre: Sankaku Shime / Juji Gatame / Hadaka Shime	
Shiai No Kata		
Formas de técnicas para la competición con ceremonial y desplazamiento en Ne-Waza		
SHIAI NO KATA	Osaekomi Waza	Kuzure Kesa Gatame – Kami Shiho Gatame – Sankaku Gatame – Uki Gatame – Tokui Waza
	Shime Waza	Hadake Shime – Sode Guruma Shime – Koshi Shime – Sankaku Shime – Tokui Waza
	Kansetsu Waza	Juji Gatame – Ude Garami – Ushiro Ude Garami – Tokui Waza
Arbitraje	Penalizaciones por kumikata: agarres normales – reglamentados – prohibidos. Ejemplos y ejecuciones. Línea roja: trabajos técnicos de táctica en la zona de peligro, de pie y de suelo. Kinshi Waza: técnicas prohibidas en el combate deportivo. Ejemplo y ejecución Conocimiento de las reglas que puedan perjudicarlo directamente en un combate por ej., Judogi medidas reglamentarias y condiciones, faltas de respeto al arbitro, no efectuar el saludo, solicitar médico, sujeción del cabello, arreglo del judogi sin autorización, etc. Pesaje extraoficial y oficial. Conocimiento de los sistemas de competencia.	