

# Vyökoevaatimukset

## Turun Judoseura, lapset ja nuoret

päivitetty 28.2.2023



### Käyntimäärät

valkoinen +1 natsa + 10 krt  
valkoinen + 2 natsa +10 krt  
valkoinen + 3 natsa +10 krt  
**keltainen + 1 natsa = 40 krt**

keltainen + 2 natsaa + 20 krt  
keltainen + 3 natsaa + 20 krt  
**oranssi + 1 natsa = 60 krt**

oranssi + 2 natsaa + 30 krt  
oranssi + 3 natsaa + 30 krt  
**vihreä + 1 natsa = 100 krt**

vihreä + 2 natsaa + 50 krt  
vihreä + 3 natsaa + 50 krt  
**sininen + 1 natsa = 150 krt**

### Tekniikat

1 heitto + 1 sidonta, ukemi  
2 heittoa + 2 sidontaa  
3 heittoa + 3 sidontaa  
Yksi heitto te-, koshi- ja ashi-waza -ryhmistä  
Kolme sidontaa kesa-gatame- luokasta  
Toimiva ja turvallinen ukemi, dojokäytös, shisei, kumikata, shintai, tai-sabaki, kuzushi, tsukuri, kake, tandoku-renshu

4 heittoa + 4 sidontaa  
5 heittoa + 5 sidontaa  
Kuusi heittoa te-, koshi- ja ashi-waza -ryhmistä (vähintään yksi jokaisesta ryhmästä)  
Kaikki sidonnat kesa-gatame-luokasta ja jokaisesta yksi poistulo  
Kagari-keiko, yaku-soku-keiko

8 heittoa, 6 sidontaa  
10 heittoa, 8 sidontaa  
De-ashi-barai, hiza-guruma, sasae- tsurikomi-ashi, o-soto-gari, o-uchi-gari, ko-uchi-gari, uki-goshi, o-goshi, koshi- guruma, ippon-, morote- ja eri-seoi- naget, Kaikki sidonnat shiho-gatame ja kesa-gatame -luokista sekä niistä poistulot, Shime- ja kansetsu-wazan perusteet, hadaka-jime ja ude- hishiki-juji-gatame  
Heitot liikkeestä eri suuntiin, tehokas horjutus, tokui-waza  
Yksi leiri, Judon perusteet-kurssi

valmentajan kokonaisvaltaisen arvioinnin mukaisesti  
valmentajan kokonaisvaltaisen arvioinnin mukaisesti  
Vyökoevaatimusten mukaisesti

### Minimi-iat

- keltainen, minimi-ikä = 7-v
- oranssi, suositus: sinä vuonna kun täyttää 10
- vihreä, suositus: sinä vuonna kun täyttää 12
- sininen, minimi-ikä = 13-v

### Minimi-ajat

Minimiaikoja sovelletaan vain niihin, jotka harjoittelevat judoa säännöllisesti vähintään neljä kertaa viikossa ja menestyvät kilpailuissa ikäisiään tai muuta vertailuryhmäänsä selvästi paremmin.

- **keltainen 3 kk**
- **oranssi 4 kk**
- **vihreä 6 kk**
- **sininen 8 kk** (kilpailupistein)
- **sininen 16 kk** (ei kilpailupisteitä)

Alle 15-vuotiaille judokoille myönnetään 1–3 punaista nauhaa 6.–2. kyu-arvojen väliasteina. Harjoitusryhmän ohjaaja voi myöntää seuraavan nauhan. Nauhat ommellaan judovyön molempiin päihin. Kun kolmas nauha on myönnetty, voidaan suorittaa seuraava kyu-aste, jos minimiajat, kyu-asteen vaatimukset ja ikävaatimukset täyttyvät.

Vyökoevaatimuksissa noudatetaan aina kulloinkin voimassa olevia Suomen Judoliiton graduointimääräyksiä.