

A.Pimenovs

# DŽUDO 2. kiu



# DŽUDO 2. kiu (zilā josta)

<b>Nage - vaza</b>	metienu tehnikā техника бросков
<b>Harai - curi - komi - aši</b>	priekšējais piecirtiens передняя подсечка
<b>O - soto - otoši</b>	metiens pār kāju atpakaļ задняя подножка
<b>O - guruma</b>	augstais metiens pār augšstilbu бросок через ногу вперед
<b>Uširo - goši</b>	augšstilba iekšvēziens no muguras подбив бедром - ответный бросок от броска бедром
<b>Sode - curi - komi - goši</b>	zemais gurns satverot piedurkni бросок через бедро с захватом рукава
<b>Sumi - gaeši</b>	pārvēziens ar apakšstilbu бросок через голову с подсадом голенью
<b>Tani - otoši</b>	atmuguriskais metiens kritienā задняя подножка с падением
<b>Uki - vaza</b>	novēziens pār taisnu kāju боковая подножка с падением

# DŽUDO 2. kiu (zilā josta)

<b>Katame - vaza</b>	guļus cīņas tehnika техника борьбы лёжа
<b>Ude - Kansecu - vaza</b>	sārju paņēmienu tehnika техника болевих приемов
<b>Ude - hišigi - hiza - gatame</b>	elkoņa atliekšana ar kāju no augšas перегибание локтя при помощи ноги сверху
<b>Ude - hišigi - hara - gatame</b>	elkoņa atliekšana (uke - parterī) рычаг внутрь (уке в партере)
<b>Šime - vaza</b>	žņaugšanas tehnika техника удушения
<b>Sankaku - džime</b>	žņaugšana ar kājām удушающий ногами
<b>Cukkomi - džime</b>	žņaugšana ar apmali no augšas удушающий отворотом сверху
<b>Sode - guruma - džime</b>	žņaugšana no aizmugures ar kimono apmali удушающий сзади отворотом
<b>Kata</b>	<b>Nage no kata</b> 2 - trā un 3 - šā sērija (koši - vaza aši vaza)

# DŽUDO 2. kiu (zilā josta)

**Nage - vaza**

metienu tehnika

техника бросков



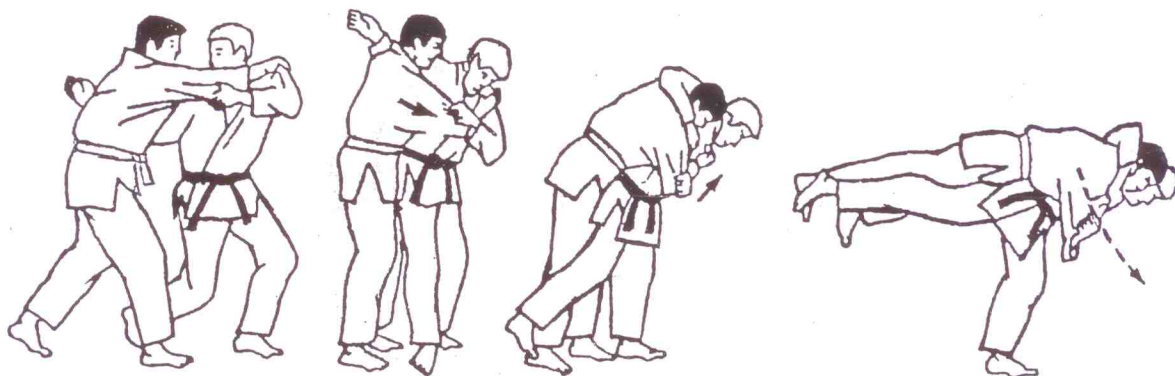
**Harai - curi - komi - aši**

priekšējais piecirtiens  
передняя подсечка



**O - soto - otoši**

metiens pār kāju atpakaļ  
задняя подножка



**O - guruma**

augstais metiens pār augšstilbu  
бросок через ногу вперед



# DŽUDO 2. kiu (zilā josta)

**Nage - vaza**

metienu tehnika

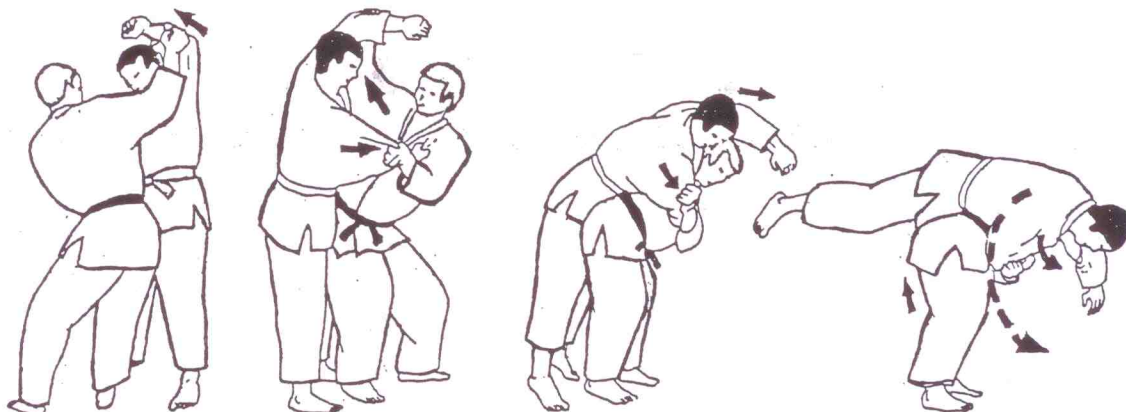
техника бросков



**Uširo - goši**

augšstilba iekšvēziens no muguras

подбив бедром - ответный бросок от броска бедром



**Sode - curi - komi - goši**

zemais gurns satverot piedurkni

бросок через бедро с захватом рукава



**Sumi - gaeši**

pārvēziens ar apakšstilbu

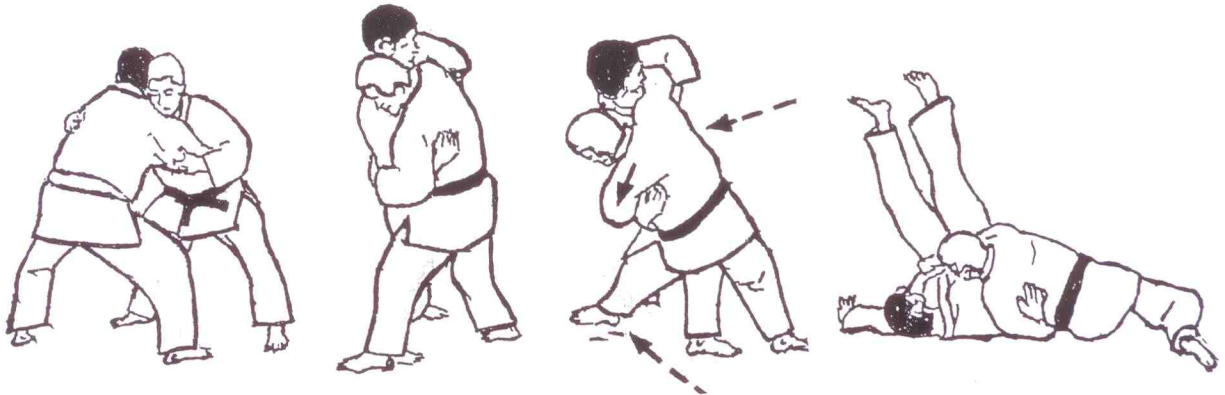
бросок через голову с подсадом голенью

# DŽUDO 2. kiu (zilā josta)

Nage - vaza

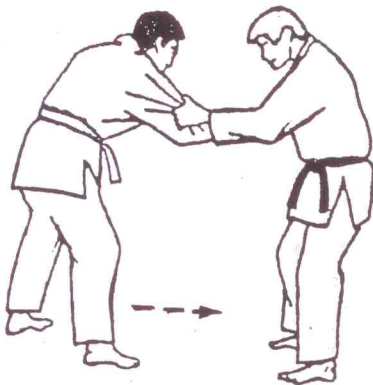
metienu tehnika

техника бросков

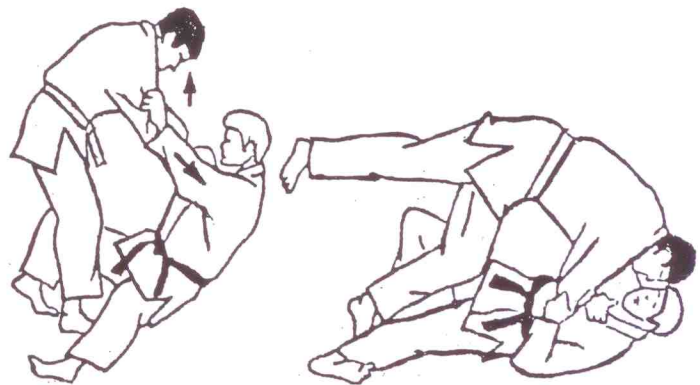


Tani - otoši

atmuguriskais metiens kritienā  
задняя подножка с падением



Uki - vaza



novēziens pār taisnu kāju  
боковая подножка с падением

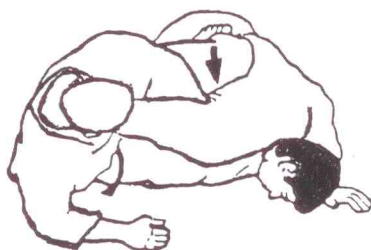
# DŽUDO 2. kiu (zilā josta)

**Katame - vaza**

guļus cīņas tehnika  
техника борьбы лёжа

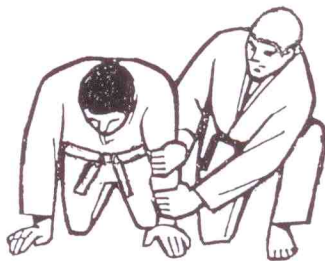
**Ude - Kansecu - vaza**

sārju raņēmienu tehnika  
техника болевих приемов



**Ude - hišigi - hiza - gatame**

elkoņa atliekšana ar kāju no augšas  
перегибание локтя при помощи  
ноги сверху



**Ude - hišigi - hara - gatame**

elkoņa atliekšana (uke - parterī)  
рычаг внутрь (уке в партере)

# DŽUDO 2. kiu (zilā josta)

Šime - vaza žņaugšanas tehnika техника удушения



**Sankaku - džime** žņaugšana ar kājām удушающий ногами

**Cukkomi - džime**

žņaugšana ar apmali no augšas  
удушающий отворотом сверху



**Sode - guruma - džime**

žņaugšana no aizmugures ar  
kimono apmali  
удушающий сзади отворотом

