



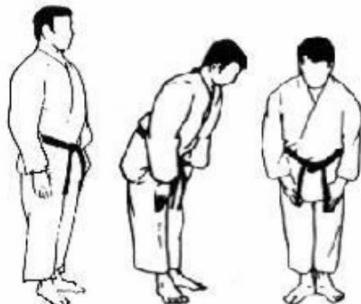
EXAME PARA FAIXA VERDE

01- VOCABULÁRIO

- | | | |
|---------------------------|---|---|
| - SENSEI = PROFESSOR | - OBI = FAIXA | - ARIGATÔ = OBRIGADO |
| - JUDOGUI = ROUPA DE JUDO | - TATÊ = LEVANTAR | - SOREMADÊ = TERMINAR |
| - DOJO = LOCAL DE TREINO | - MATÊ = PARAR | - SEMPAI = ALUNO MAIS GRADUADO |
| - SHIHAN = MESTRE | - HAJIME = COMEÇAR | - KOHAI = ALUNO MENOS GRADUADO |
| - KYOTSUKE = ATENÇÃO | - MOKUSSÔ = MEDITAÇÃO | - KIAI = GRITO (MANIFESTAÇÃO DO ESPIRITO) |
| - KON NITI WA = BOA TARDE | - KON BAN WA = BOA NOITE - OHAYÔ-GOZAIMASSU = BOM DIA | |

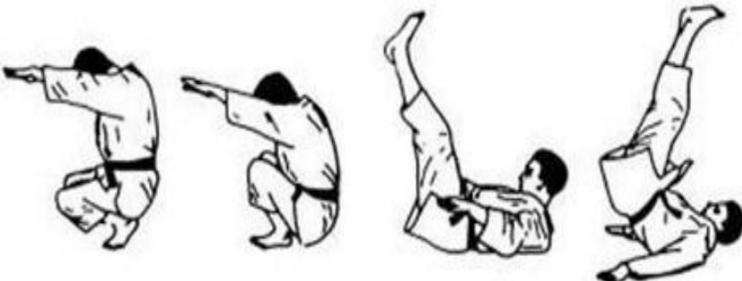
02- CUMPRIMENTO

- CUMPRIMENTO EM PÉ (RITSU REI) - CUMPRIMENTO AJOELHADO (ZA REI)

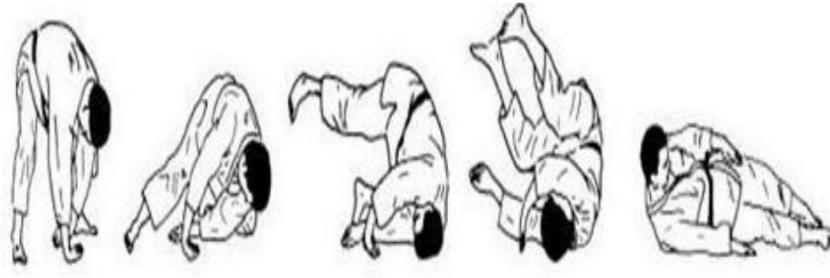


03- AMORTECIMENTO DE QUEDAS

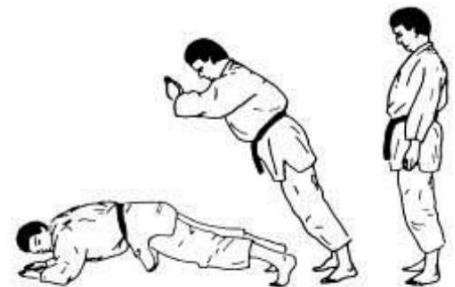
- USHIRO UKEMI - YOKO UKEMI



- ZEMPO KAITEM UKEMI



- MAE UKEMI



04- IMOBILIZAÇÃO

- HON KESSA GATAME



- TATE SHIHO GATAME



- KAMI SHIHO GATAME



- YOKO SHIHO GATAME



- KUZURE YOKO SHIHO GATAME



- KATÁ GATAME



- USHIRO KESSA GATAME



- KUZURE KESSA GATAME



- MAKURÁ KESSA GATAME



05- GOLPES – GO KYO (4º KYO)



SUMI-GAESHI



TANI-OTOSHI



HANE-MAKI-KOMI



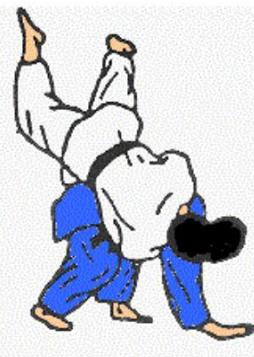
SUKUI-NAGE



UTSURI-GOSHI



O-GURUMA



SOTO-MAKI-KOMI



UKI-OTOSHI

E ALGUNS GOLPES DAS FAIXAS AZUL, AMARELA E LARANJA

