



ELMÉLETI KÉRDÉSEK		
1.	Üdvözlés	rei
2.	Üdvözlés térdelésben	zarei
3.	Megfogás	kumikata
4.	Ki volt Jigoro Kano	A judo és a Kodokan Intézet megalapítója.
5.	Judo öltözet	judogi
6.	Judot gyakorló	judoka
7.	Eséstechnika	ukemi
8.	Támadó aki az akciót végrehajtja	tori
9.	Védő akin az akciót végrehajtják	uke
10.	Tanító , mester	sensei
11.	Felállás	shishei
12.	Természetes alapállás	shizentai
13.	Támadóállás	shizen-hontai
14.	Védőállás	jigotai
15.	Haladások a szőnyegen	rendes járás: ayumi-ashi követő lépés:tsugi-ashi
16.	Fordulómozgás	taisabaki
17.	Egyensúlyvesztések és fő irányai	kuzushi;4 fő és 4 mellékirány;előre-hátra, oldalra; jobbra-balra, valamint ezek rézsutosan közti irányai. Az egyensúlyvesztés 8 iránya:hakko no kuzushi.
18.	Gyakorlószőnyeg, illetve versenyek lebonyolítására is alkalmas szőnyeg neve:	tatami

NE WAZA (FÖLDHARCTECHNIKA)		
1	HON KESA-GATAME	ALAP RÉZSUTOS LESZORÍTÁS
2	KUZURE KESA-GATAME	RÉZSUTOS LESZORÍTÁS VÁLTOZAT
3	MAKURA KESA-GATAME	PÁRNA RÉZSUTOS LESZORÍTÁS
4	YOKO SHIHO-GATAME	LESZORÍTÁS OLDALRÓL
5	KAMI SHIHO-GATAME	FEJFELŐLI LESZORÍTÁS
6	TATE SHIHO-GATAME	MELLSŐ LOVAGLÓÜLÉSESES LESZORÍTÁS

NE WAZA ELEMEEK	
1	hason fekvő partner forgatása magunk felé
2	térdelőtámaszban levő partner forgatása magunk felé

5. Kyu



ELMÉLETI KÉRDÉSEK	
19.	Mikor és hol született Jigoro Kano? 1860.október 28. Mikagében
20.	Mit jelent a taiso és a tasio nippon: sajátos gimnasztika gyakorlatok japán gimnasztika
21.	Judo szó jelentése, értelmezése ju-természetesnek lenni, do-út, módszer
22.	Gyakorló terem, hely dojo
23.	Mi a jelentése a Kodokan-nak? iskola a módszer (rendszer) tanulmányozására
24.	Alapvető higiéniai ismeretek A judo technikai elemeinek gyakorlása során a judokák különböző testrészei (lábak ,kezek, fej stb.) állandó érintkezésben vannak a tatamival, sőt egymással is. Elsősorban dojót, a tatamit kell tisztántartani. A tatamit időnként fertőtleníteni kell. Mivel a gyakorlás mezitláb történik, fokozott gondot kell fordítani a lábak tisztántartására. Sérülések, illetve fertőzések elkerülése végett a körmöket tisztán kell tartani és rövidre vágni. A judogi tisztaságára is ügyeljünk, valamint a sérülések elkerülése végett szakadt szerelésben ne gyakoroljunk.
25.	Milyen vezényszóval indítják a judóban a küzdelmet, és mit jelent? és mivel állítják meg? hajime : rajta mate : állj
26.	Hogyan kell feladni a küzdelmet? maitta : feladom vezényszóval, vagy az ellenfélén, vagy a tatamin, határozott, kettőnél több úgynevezett "kopogással" (tenyérrrel többször ütögetem az ellenfelet, vagy a tatamit)
27.	Mi az IPPON? teljes értékű győzelem, az ellenfelet megdobva, az nagy lendülettel a hátára esik, vagy az ellenfél feladja a küzdelmet és ha a leszorítás 20 másodpercig tart, wazaari után 15 másodpercig
28.	Milyen vezényszóra kezdik el mérni a leszorítási időt? Mely vezényszóra szünek meg? osaekomi toketa
29.	Milyen elemeket hagyott ki JIGORO KANO a KODOKAN JUDO megalkotásakor ? a testi épségra veszélyes elemeket hagyta ki

5. Kyu



NAGE WAZA (DOBÁSTECHNIKA)		
1	DEASHI BARAI	BOKAINGATÁS KERESZTLÉPÉSRE
2	OSOTO-GARI	HÁTSÓ KÜLSŐ KASZÁLOGÁNC
3	KOUCHI-GARI	KIS BELSŐ HOROGDOBÁS
4	OUCHI-GARI	NAGY BELSŐ HOROGDOBÁS
5	IPPON SEOI NAGE	EGYKAROS VÁLDOBÁS
6	OGOSHI	NAGY CSÍPÓDOBÁS

NE WAZA (FÖLDHARCTECHNIKA)		
OSAEKOMI WAZA (LESZORÍTÁS TECHNIKA)		
1	KATA GATAME	KARPRÉSES LESZORÍTÁS
2	KUZURE YOKO SHIHO-GATAME	OLDALSÓ LESZORÍTÁS VÁLTOZAT
3	KUZURE KAMI SHIHO-GATAME	FEJFELŐLI LESZORÍTÁS VÁLTOZAT
4	KUZURE TATE SHIHO-GATAME	MELLSŐ LOVAGLÓ LESZORÍTÁS VÁLTOZAT
KANSETSU WAZA		
1	KESA GARAMI	KARFESZÍTÉS COMBON ÁT RÉZSUTOS LESZORÍTÁSBÓL
NAGE WAZA - NE-WAZA ÁTMENET		
1	OSOTO-GARI - KESA GATAME	
2	IPPON SEOI NAGE - KAMI SHIHO-GATAME	
3	OGOSHI - KUZURE KESA-GATAME	

NE WAZA ELEMEK		
1	TÁMADÁS LÁB KÖZÜL - ÁTLÓS RÁTÉRDELÉSSSEL	
2	TÁMADÁS ALULRÓL - FORGATÁS TÉRD ELTOLÁSSAL	
3	TÁMADÁS ALULRÓL - FORGATÁS KÉT LÁBBAL	

4. Kyu



ELMÉLETI KÉRDÉSEK

30.	Mikor alapította meg KANO a Kodokan Intézetet?	1882-ben, 22 éves korában										
31.	Mikor járt Japán mester először Magyarországon, kinek a megbízásából és milyen célból?	1906-ban, KANO professzor megbízásából, azért, hogy Magyarországon is népszerűsítse a judót										
32.	Ki kezdte el az első sportszerű judo-oktatást Magyarországon?	Vincze Tibor										
33.	Mikor kezdtek el alakulni nálunk a judo szakosztályok, és melyek voltak azok?	1946-tól ; Elektromos Művek, Budapesti Rendőr Egylet (jelenleg UTE) 1948-ban Bástya (MTK) BHSE 1950-ben, majd a TF-en is										
34.	Miért szükséges és hasznos az övvizsga?	Japánban is a Kyu fokozatokkal, illetve övszínekkel különböztetik meg a judóban való jártasságot, (elméleti és gyakorlati) így van ez mindenütt ahol a judót művelik. Azért hasznos, mert ezáltal nagyobb gyakorlati és elméleti tudás birtokába jutnak										
35.	Mi a JUDO : mint versenysport?	Jigoro Kano által a ju jutsu különféle iskoláiból kialakított, majd sporttá fejlesztett japán eredetű küzdősport, amelyben az ellenfelek egymás megdobására, leszorítására, fojtására vagy karjának feszítésére töreksenek. A végső cél az ellenfél teljes értékű legyőzése;(ippon) ledobása, leszorítása 25 másodperc, fojtása vagy karjának fokozatos feszítése, hogy az a mérkőzést feladni kényszerüljön										
36.	Mit jelent a KYU és a KYO ?	KYU - tanulófokozat KYO - csoport, iskola, irányzat										
37.	Melyek a KYU fokozatok övszínekkel is?	6. Kyu -fehér 5. Kyu -citromsárga 4. Kyu -narancssárga 3. Kyu -zöld 2. Kyu -kék 1. Kyu -barna (a legmagasabb tanulófokozat)										
38.	Melyek a nem ippont érő akciók elnevezései és mennyi segédpont jár értük?	<table border="1"> <tr> <td>kinsa (1 pont)</td> <td>a legkisebb értékű akció, nem kerül fel az eredményjelző táblára newaza-ban :1-9 mp-ig tartó leszorítás</td> </tr> <tr> <td>koka (3 pont)</td> <td>a legkisebb értékű akció, ami felkerül az eredményjelző táblára newaza-ban :10-14 mp-ig tartó leszorítás</td> </tr> <tr> <td>yuko (5 pont)</td> <td>majdnem wazaari newaza-ban :10-14 mp-ig tartó leszorítás</td> </tr> <tr> <td>wazaari (7 pont)</td> <td>majdnem ippon newaza-ban :10-19 mp-ig tartó leszorítás</td> </tr> <tr> <td>ippon (10 pont)</td> <td>teljes értékű győzelem newaza-ban :20 mp-ig tartó leszorítás</td> </tr> </table> <p>Megjegyzés : a legújabb szabályok szerint bármennyi wazaari kapható</p>	kinsa (1 pont)	a legkisebb értékű akció, nem kerül fel az eredményjelző táblára newaza-ban :1-9 mp-ig tartó leszorítás	koka (3 pont)	a legkisebb értékű akció, ami felkerül az eredményjelző táblára newaza-ban :10-14 mp-ig tartó leszorítás	yuko (5 pont)	majdnem wazaari newaza-ban :10-14 mp-ig tartó leszorítás	wazaari (7 pont)	majdnem ippon newaza-ban :10-19 mp-ig tartó leszorítás	ippon (10 pont)	teljes értékű győzelem newaza-ban :20 mp-ig tartó leszorítás
kinsa (1 pont)	a legkisebb értékű akció, nem kerül fel az eredményjelző táblára newaza-ban :1-9 mp-ig tartó leszorítás											
koka (3 pont)	a legkisebb értékű akció, ami felkerül az eredményjelző táblára newaza-ban :10-14 mp-ig tartó leszorítás											
yuko (5 pont)	majdnem wazaari newaza-ban :10-14 mp-ig tartó leszorítás											
wazaari (7 pont)	majdnem ippon newaza-ban :10-19 mp-ig tartó leszorítás											
ippon (10 pont)	teljes értékű győzelem newaza-ban :20 mp-ig tartó leszorítás											

4. Kyu



39.	Büntetések fokozatai és akció értékük :	A büntetés SHIDO. A harmadik SHIDO Hansoku Make (leléptetés) Öv allati fogás esetén az első alkalom SHIDO, a második Hansoku Make A rendes menetidőben kapott SHIDO nem dönti el a mérkőzést, ha nincs akciópont.
40.	Kansetsu	izület
41.	Karfeszítéstechnika, és szabályos végrehajtása:	kansetsu-waza, fokozatosan, nem hirtelen, csak a könyökizületben
42.	Mi a kombináció ?	renrakuwaza: két vagy több technikai elem összekapcsolása ; tori elsősándékkal indítja dobását, uke védi, a védésnek megfelelő pozícióhoz alkalmazkodva egy másik technikai elemmel fejezi be az akciót
43.	Miért hasznos az állásból való földharcba való átmenetek ismerete ?	Az állástechnika akció nem felel meg az ippon kritériumnak, vagy a bíró nem értékeli ipponra, úgy földharcban a dobás végrehajtása után előnyösebb helyzetből lehet a földharctechnikát alkalmazni az ippon-győzelem elérése érdekében
44.	JUDO mérkőzés kezdete :	A versenyzőknek egymással szembe kell állniuk a megkülönböztető kék vagy fehér judoginak megfelelően a tatamia felragasztott kék vagy fehér szalagnál. Miután a versenyzők egymás felé meghajoltak és egy lépést tettek előre, a vezetőbíró "hajime"-t mond a küzdelem elindítása végett. A küzdelem minden esetben állásharcban kezdődik. Ha a versenyzők nem hajolnak meg a vezetőbíró "rei" felszólítással utasítja őket egymás üdvözlésére és csak ezután indíthatja el a küzdelmet "hajime" vezényszóval.

4. Kyu



NAGE WAZA (DOBÁSTECHNIKA)		
1	TAI-OTOSHI	TÁMASZTOTT GÁNCS
2	MOROTE SEOI NAGE	KÉTKEZES VÁLDOBÁS
3	UKI-GOSHI	KIS CSÍPŐDOBÁS, LESODRÁS
4	HARAI-GOSHI	KASZÁLÓ CSÍPŐDOBÁS
5	KOSHI-GURUMA	CSÍPŐ KÖRDOBÁS
6	KOUCHI-BARAI	KIS BELSŐ SÖPRÉS
7	OKURI ASHI BARAI	BOKAIGATÁS OLDALT

NE WAZA (FÖLDHARCTECHNIKA)		
OSAEKOMI WAZA (LESZORÍTÁS TECHNIKA)		
1	GYAKU KESA - GATAME	
2	USHIRO KESA - GATAME	
KANSETSU WAZA		
1	UDE GARAMI I	KARKULCS
2	UDE GARAMI II	KARKULCS
3	JUJI GATAME	KARFESZÍTÉS BEFOGÓ LÁBON ÁT
4	UDE GATAME	KAR TOLÓ RÖGZÍTÉS

NAGE WAZA - NE-WAZA ÁTMENET		
1	TAI OTOSHI - JUJI GATAME	
2	KOUCHI-GARI - HON KESA-GATAME	

RENRAKU WAZA		
1		
2	OUCHI-GARI - TAIOTOSHI	

NE WAZA ELEMEK		
1	Térdelő támasz támadása fej felől-kar felszedésével - KUZURE KESA GATAME	
2	Térdelő támasz támadása szemből-lábszár átforgással - JUJI-GATAME	
3	Egy láb kiszabadítása - KUZURE KESA-GATAME	
4	Egy láb kiszabadítása - YOKO SHIHO GATAME	



3. Kyu



ELMÉLETI KÉRDÉSEK

45	Ki volt Jigoro Kano első tanítómestere és mit oktatott?	Fukuda, ju-jutsu-t oktatott
46	Kano halála után ki lett a Kodokan igazgatója?	Risei Kano, Jigoro Kano fia
47	Mikor, és kik voltak az első mestervizsgázók?	1938. Frankfurt - Vincze Tibor II. DAN Purman János I. DAN
48	Mikor, és hol rendezték az első övvizsgát Magyarországon, és mi volt a legmagasabb övfokozat?	1950. Testnevelési Főiskola, 3. Kyu - zöld öv
49	Milyen két fontos esemény történt a sportág életében 1952-ben?	1. A Magyar Birkózó Szövetség mellett megalakult az Országos Cselgáncs Társadalmi Szövetség 2. A Budapesti Bástya szervezésében megrendezték az első egyéni és csapat országos bajnokságot
50	Kik voltak az első nemzetközileg is sikeres versenyzőink az 1960-as évek végéig?	+ Kovács János -1961. Ifi EB Miláno II. hely Nádas László -1964. Ifi EB Berlin III. hely Ipacs László -1966. Junior EB Lyon III. hely + Galambos Márton -1966. Felnőtt EB Luxemburg V. hely + Nagy Miklós -1966. Főisk. VB Prága III. hely Szabó Ferenc -1968 Junior EB London II. hely Ipacs László -1967. Felnőtt EB Róma V. hely Ipacs László -1968. Felnőtt EB Lusanne V. hely Ipacs László -1969. Felnőtt EB Ostende V. hely
51	Más ismert önvédelmi jellegű küzdősportok	sumo, aikido, karate, taekwondo, kendo, szambo
52	A judo-technikák két nagy főcsoportja	nagewaza -dobástechnika, katamewaza newaza -lefogás, illetve földharctechnika
53	A kontratechnika jellemzője	kaeshi-waza : az egyik küzdő indít egy akciót, ellenfele védi "blokkolja" és a védő fejezi be az akciót ; megkontrázza ellenfele akciókísérletét, technikáját
54	Gyakorlás partner nélkül	tandoku renshu (un. árnyékolás)
55	Mi az uchikomi?	dobáselőkészítő gyakorlatok, partnerrel, az egyensúlyvesztésig
56	Mi a randori?	"gyakorló küzdés" szabad küzdelem, bíró nélkül
57	Mi a shiai?	versenyküzdés, bírói irányítással
58	Fojtástechnika, és szabályos alkalmazása	shime-waza; csak a nyaki verőér elszorításával alkalmazható
59	Szőnyegszéli helyzetek megítélése newaza-ban	amíg az egyik fél bármely testrésze érintkezik a küzdőfelülettel az akció folytatódhat, illetve nem szűnik meg a leszorítás, beleértve a veszélyzónát is



3. Kyu



NAGE WAZA (DOBÁSTECHNIKA)		
1	UKI-OTOSHI	HULLÁMDOBÁS
2	TSURIKOMI-GOSHI	SÜLLYESZTETT CSÍPŐDOBÁS
3	SODE TSURIKOMI-GOSHI	KARFELTOLÁSOS SÜLLYESZTETT CSÍPŐDOBÁS
4	UCHI-MATA	BELSŐCOMB-DOBÁS
5	HIZA-GURUMA	TÉRDINGATÁS
6	KOSOTO-GARI	KIS KÜLSŐ HOROGDOBÁS
7	TOMOE NAGE	FEJENÁTDOBÁS

NE WAZA (FÖLDHARCTECHNIKA)		
KANSETSU WAZA (KARFESZÍTÉSEK)		
1	UDE GARAMI III.	
2	JUJI GATAME II.	
3	JUJI GATAME III.	
SHIME WAZA (FOJTÁSOK)		
1	HADAKA-JIME	
2	OKURI ERI-JIME	
3	KATA HA-JIME	

GO NO SEN WAZA - MEGELŐZÉSES TECHNIKA	
1	OSOTO GARI - OSOTO GURUMA
2	DEASHI BARAI - TSUBAME-GAESHI

NE WAZA ELEMEK	
1	Hason fekvő partneren - HADAKA-JIME
2	Térdelő támaszban lévő partner támadása hátulról - JUJI-GATAME II.
3	Térdelő támasz támadása hátulról - KATA HA-JIME
4	Lábkulcs szabadulás keresztbe taposással - KATA GATAME
5	Támadás alulról forgatással - KATA GATAME



2. Kyu



ELMÉLETI KÉRDÉSEK

60	Ki volt az első pontszerzőnk és mikor?	Hetényi Antal, 1972. München
61	Ki volt az első felnőtt Európabajnokunk, mikor, és hol?	Tuncsik József, 1976. Kiev
62	Mi volt az a hasznos ún. technikai elem amellyel a Kodokan Judo többet adott?	az eséstechnika, ill. azok oktatása
63	Mikorra tehetők az első harci küzdelmek, birkózással kapcsolatos feljegyzések?	az időszámítás előtti 250-es évre
64	Mikor alakultak ki az első jujitsu (a judo szempontjából fontos) és más hasonló rendszerek?	az időszámítás után az 1500-as évek elején
65	Mikor alakult meg az önálló Magyar Cselgáncs Szövetség?	1957-ben
66	Mikor vették fel szövetségünket az Európai Judo Unio-ba?	1958-ban
67	Ki volt az első éremszerző felnőtt Világbajnokságon?	Bujkó Tamás, 60 kg-ban 1983-ban 2. helyezett 1985-ben 3. helyezett
68	Mit jelent a barai, a gari, és gake kifejezés és mi a lényeges eltérés köztük?	barai - söprés, uke előre, tori hátrafelé lép, halad : a két láb egy irányba mozog gari - lábhorog, uke, toriegymás felé lép, halad : a két láb szembe mozog egymással gake - beakasztani, bekampózni, a tori arra a lábra akaszt, kampózik amelyen az uke testsúlya van, arra támaszkodik - tori így dönti le az ukét
69	Az időmérő bíró, a vezetőbíró mely vezényszavaira indítja el az órát? És mely vezényszóra állítja meg?	"hajime", "yoshi" "mate", "sonomama"
70	Mit jelent a sonomama - yoshi - toketa -	- ne mozdulj - folytatd - leszorítás megszűnt
71	Helyzetmegítélés állásharcban :	az a versenyző tekintendő küzdőtéri pozíciót elhagyónak, aki akárcsak egyik lábával, térdével vagy kezével elhagyja az érvényes küzdőfelületet, sutemi-waza alkalmazása esetén testének több mint fele részével érvényes területen kívülre kerül
72	Egy dobástechnika végrehajtásának mozzanatai :	shisei - felállás kumikata - megfogás kuzushi - egyensúlyvesztés tsukuri - dobáselőkészítés taisabaki - fordulómozgás kake - dobás

NAGE WAZA (DOBÁSTECHNIKA)		
1	KATA-GURUMA	EMLŐ VÁLLDOBÁS
2	HIKOKI-NAGE	VÁLL KÖRDOBÁS VETŐDÉSSEL
3	HANE-GOSHI	LÁBTÁMASZOS CSÍPŐDOBÁS
4	ASHI-GURUMA	KASZÁLÓ KÖRGÁNCSS
5	SASAE TSURIKOMI-ASHI	BOKAINGATÁS ELŐRE (FORGÁSSAL)
6	KOSOTO-GAKE	KIS KÜLSŐ HOROG LEDÖNTÉS
7	TANI OTOSHI	HÁTSÓ LEDÖNTÉS
8	SOTO MAKIKOMI	KÜLSŐ KARDOBÁS VETŐDÉSSEL

NE WAZA (FÖLDHARCTECHNIKA)		
KANSETSU WAZA (KARFESZÍTÉSEK)		
1	HIZA GATAME	
2	WAKI GATAME	
3	USHIRO WAKI GATAME	
SHIME WAZA (FOJTÁSOK)		
1	NAMI-JUJI-JIME	
2	KATA-JUJI-JIME	
3	GYAKU-JUJI-JIME	
SANGAKU		
1	SANGAKU - OMOTE KANSETSU WAZA	
2	SANGAKU - URA SHIME WAZA	
3	SANGAKU - YOKO OSAE-KOMI WAZA	

RENRAKU WAZA		
1	OSOTO-GARI - OUCHI-GARI - HON KESA GATAME	
2	KOSHI-GURUMA - OSOTO OTOSHI - HON KESA GATAME	

GO NO SEN WAZA - MEGELŐZÉSES TECHNIKA		
1	HIZA-GURUMA - HIZA-GURUMA	
2	KOUCHI-GARI - DEASHI-BARAI	
1	TAI-OTOSHI - KOSOTO-GAKE	
2	KOSHI-GURUMA - TANI OTOSHI	



1. Kyu



ELMÉLETI KÉRDÉSEK

73	Mely évek voltak a felnőtteknél a Magyar Judo legkiemelkedőbb időszakai, és mely versenyzők nevéhez fűződnek?	1986. Európa Bajnokság (Belgrád) - 60 kg Csák József I. - 71 kg Hajtós Bertalan I. - 86 kg Gyáni János III. 1991. Európa Bajnokság (Prága) - 61 kg Nagy Zsuzsa I. - 65 kg Csák József II. 1992. Olimpia (Barcelona) - 95 kg Kovács Antal I. - 65 kg Csák József II. - 71 kg Csák József II. - 95 kg Csősz Imre III. 1993. Világbajnokság (Kanada) - 95 kg Kovács Antal I. - 71 kg Hajtós Bertalan II. 1995. európa Bajnokság (Birmingham) - OPEN Csősz Imre I. 1998. Európa Bajnokság (Ovideo) - 81 kg Hajtós Bertalan I. 2001. Világbajnokság (München) - 100 kg Kovács Antal I. 2002. Európa Bajnokság (Maribor) - 66 kg Ungvári Miklós I.
74	Ki volt az első éremszerzőnk Olimpián?	Tuncsik József III. (Montreal 1976.)
75	Milyen ismertebb iskolák voltak a jujitsu iskolákon kívül?	tajjitsu, wajitsu, torite, jawara, komiuchi, kogusoko, hakuda, shubaku
76	Az egyes jelentősebb stílusok jellemzői?	tajjitsu : erős stílus, a küzdelemben az erő fontosságát helyezte előtérbe jujitsu : lágy művészet, gyakorlatot jelentett. A lágyság itt utánaengedést a körülményekhez való alkalmazkodást jelentette.
77	A jujitsu két legjellegzetesebb iskolája?	ryuja (útja), amelyből a legtöbbet használt a Kodokan Judo kialakításához: kitoryu, tenshishinyoryu
78	Ki volt Jigoro Kano első mestere ?	Fukuda, a Harcművészeti Intézet mestere volt
79	Mi volt a célja Kanonak a harcművészetek tanulmányozásával?	Jigoro Kant az a cél vezérelte, hogy újra "életre kelti" Japánban ezeket a harci művészeteket, bízva abban, hogy nagy szolgálatot tesz majd ezzel a mindenfajta testmozgástól elszokott népének
80	Magyarországon járt híres mesterek, akik edzéseket, illetve edzőtovábbképzéseket tartottak?	1906-ban Sasaki Kichisaburo , 1969-ben a Kodokan Intézet két ismert szakembere Toshiro Daigo és Murai edzőtovábbképzéseket tartottak. 1986-ban a 9. DAN-os Shosei Hamanonak az akkori Japán Judo Szövetség elnökének vezetésével a Japán válogatott : közöttük volt az olimpiai és világbajnok Inokuma , valamint a holland Geesink tokioi nagy ellenfele Kaminaga is. Anton Geesink edzőtovábbképzést tartott. 1971-ben Hiroimi Tomita, Mahito Ohgo, Matsumoto és hosszabb időt töltött az akkori Magyar válogatottnál Anzai mester 1967-ben.
81	Mik az úgynevezett dobáskörök?	a tori egy technikai elem befejezését az uke védekező pozíciójának megfelelően alkalmazza. Egy dobástechnika minden egyes védési formájához egy-egy technika vagy egy newazaban való befejezés

82	Mi a Budo ?	a harc művészete, útja. A hagyományos japán harcművészetek összefoglaló neve. A mai Budo-t a következő ágazatok alkotják : kendo, judo, aikido, kyudo, iaido, naginata-do
83	Mi a Bushido jelentése?	A harcos útja : a japán samurájok íratlan erkölcsi kódexe, amely még ma is mélyen gyökeredzik a japán ember életében.
84	Mi a kappo, vagy katsu : mikor alkalmazzák és mi a lényege?	az újraélesztés művészete, életrekeltés. A különböző préselek, főleg fojtásfogások következtében beállott eszméletvesztés ájulás esetén alkalmazzuk. Lényege : erőteljes nyomás a mellkasra a hasi tájra : szabályos légzésritmus megindulását segíti elő.
85	A Kodokan Intézet által kialakított Judo rendszer felépítése ?	I. Nagewaza : dobástechnika - tachiwaza : állástechnikák - sutemiwaza : vetődéses technikák II. Katamewaza : lefogástechnika, newaza : földharctechnika
86	A nagewaza alapcsoportjai ?	te-waza : karral, kézzel végrehajtott dobások koshi-waza : csípővel végrehajtott dobások ashi-waza : lábbal végrehajtott dobások ma-sutemi-waza : vetődéssel hátra végrehajtott dobások yoko-sutemi-waza : vetődéssel oldalra végrehajtott dobások
87	A katame-waza alapcsoportjai ?	osae-waza : leszorítástechnikák shime-waza : fojtástechnikák kansetsu-waza : karfeszítéstechnikák sangaku : háromszögtechnikák
88	Mi az a Gokyo ?	a dobástechnikák öt csoportba osztva, csoportonként nyolc dobással.
89	Mit jelent a Gokyo no kaisetsu ?	a negyven dobás besorolása öt féle nehézségi fokozatba.

NAGE WAZA (DOBÁSTECHNIKA)		
1	UKI WAZA	HULLÁMLERÁNTÁS
2	YOKO GURUMA	OLDALSÓ KÖRDOBÁS
3	TAWARA GURUMA	KÖRDOBÁS
4	SUMI GAESHI	LÁBSZÁRÁTFORGATÁS
5	OBI TORI GAESHI	ÖVFOGÁSOS ÁTFORGATÁS
6	USHIRO GOSHI	HÁTSÓ CSÍPŐKIEMELÉS
7	UTSURI GOSHI	OLDALSÓ CSÍPŐKIEMELÉS
8	TE GURUMA	KÉZ KÖRDOBÁS
9	SUKUI NAGE	OLDALSÓ LÁBFELRÁNTÁS
10	URA NAGE	HAJÍTÁS