

# FAIXA MARROM

## (1° KYU)

**IDADE MÍNIMA:**  
14 ANOS

**CARÊNCIA:**  
1 ANO COMO FAIXA ROXA



### 1 - NAGE-WAZA (TÉCNICAS DE PROJEÇÃO)

- GO-KYO (DAI-IKKYO)
- GO-KYO (DAI-NIKYO)
- GO-KYO (DAI-SANKYO)
- GO-KYO (DAI-YONKYO)

### 2 - KAESHI-WAZA (CONTRA-GOLPES)

- 5 TÉCNICAS

### 3 - RENRAKU-HENKA-WAZA (SEQUÊNCIA DE GOLPES)

- 5 TÉCNICAS

### 4 - OSAE-WAZA (TÉCNICAS DE IMOBILIZAÇÃO)

- OSAE-WAZA COMPLETO

### 5 - SHIME-WAZA (ESTRANGULAMENTO)

- NAMI-JUJI-JIME
- KATA-JUJI-JIME
- GYAKU-JUJI-JIME
- HADAKA-JIME
- OKURI-ERI-JIME
- KATAHA-JIME
- KATATE-JIME
- RYOTE-JIME
- TSUKKOMI-JIME

### 6 - KANSETSU-WAZA (CHAVES DE BRAÇO)

- UDE-GARAMI
- UDE-HISHIGI-UDE-GATAME
- UDE-HISHIGI-JUJI-GATAME
- UDE-HISHIGI-WAKI-GATAME
- UDE-HISHIGI-HARA-GATAME
- UDE-HISHIGI-HIZA-GATAME
- UDE-HISHIGI-ASHI-GATAME
- UDE-HISHIGI-TE-GATAME
- UDE-HISHIGI-SANKAKU-GATAME

### 7 - NAGE-NO-KATA (TRABALHO)