

**Beenworpen**

1. Ō-soto-gari
2. De-ashi-barai
3. Hiza-guruma
4. Ko-soto-gake
5. Ō-uchi-gari
6. Ko-uchi-gari
7. Okuri-ashi-barai
8. Ō-soto-guruma
9. Ō-soto-otoshi
10. Ko-soto-gari
11. Sasae-tsure-komi-ashi
12. Harai-tsure-komi-ashi
13. Soto-gake
14. Ko-uchi-maki-komi
15. Ashi-guruma

Heupworpen

1. Uki-goshi
2. Kubi-nage
3. Tsure-goshi
4. Koshi-guruma
5. Harai-goshi
6. Hane-goshi
7. Ushiro-goshi
8. Tsure-komi-goshi
9. Utsuri-goshi
10. Uchi-mata
11. Ō-goshi
12. Ko-tsure-goshi
13. Ō-guruma
14. Yama-arashi
15. Obi-goshi

Sutemi

1. Tomoe-nage
2. Yoko-tomoe
3. Maki-tomoe
4. Maki-komi
5. Yoko-gake
6. Tani-otoshi
7. Sumi-gaeshi
8. Uki-waza
9. Kani-basami
10. Yoko-otoshi
11. Hane-maki-komi
12. Ura-nage
13. Yoko-guruma
14. Yoko-wakare
15. Tawara-gaeshi

Schouderworpen

1. Ippon-seoi-nage
(Ook wel kata-seoi)
2. Morote-seoi-nage
3. Kata-guruma
4. Seoi-otoshi
5. Hidari-kata-seoi
6. Seoi-age

Houdgrepen

1. Kesa-gatame
2. Kata-gatame
3. Kami-shihō-gatame
4. Kuzure-kami-shihō-gatame
5. Gyaku-kesa-gatame
6. Yoko-shihō-gatame
7. Mune-gatame
8. Tate-shihō-gatame
9. Kuzure-kesa-gatame
10. Kata-osae-gatame
11. Ura-gatame
12. Kashira-gatame
13. Ura-shihō-gatame
14. Kami-sankaku-gatame
15. Kuzure-yoko-shihō-gatame
16. Tate-sankaku-gatame
17. Uki-gatame

Verwurgingen

1. Kata-jūji-jime
1. Gyaku-jūji-jime
3. Yoko-jūji-jime
4. Ushiro-jime
5. Okuri-eri-jime
6. Kata-ha-jime
7. Hadaka-jime
8. Ebi-garami
9. Tomoe-jime
10. Eri-jime
11. Kensui-jime
12. Kata-jime
13. Dō-jime
14. Hiza-jime
15. Tsukkomi-jime
16. Ebi-jime
17. Hasami-jime
18. Ōten-jime

Armworpen

1. Tai-otoshi
2. Uki-otoshi
3. Hiji-otoshi
4. Sukui-nage
5. Mochi-age-otoshi
6. Sumi-otoshi
7. Obi-otoshi
8. Kata-ashi-dori
9. Ryō-ashi-dori

ArmklemmenEerste serie

1. Ude-hishigi-jūji-gatame
2. Ude-garami
3. Ude-hishigi
4. Yoko-hiza-gatame (2x)

Tweede serie

1. Kami-ude-hishigi-jūji-gatame
2. Yoko-ude-hishigi
3. Kami-hiza-gatame (3x)

Derde serie

1. Ude-hishigi-henka-waza
2. Gyaku-jūji
3. Shime-garami
4. Hiza-garami(2x)

Vierde serie

1. Hara-gatame
2. Ashi-gatame
3. Ude-garami-henka-waza
4. Ōten-gatame

Vijfde serie

1. Kesa-garami
2. Kuzure-kami-shihō-garami
3. Gyaku-kesa-garami
4. Mune-garami
5. Mune-gyaku

Zesde serie

1. Gyaku-te-kubi
2. Hiji-maki-komi
3. Kuzure-hiji-maki-komi
4. Kannuki-gatame
5. Ude-hishigi-hiza-gatame

**Cijfers**

1. Ichi	(Ietsj)	11. Jū-ichi	30. San-jū
2. Ni	(Nie)	12. Jū-ni	40. Yon-jū
3. San	(San)	13. Jū-san	50. Go-jū
4. Shi	(Sjie)	14. Jū-shi	60. Roku-jū
5. Go	(Go)	15. Jū-go	70. Nana-jū
6. Roku	(Rok)	16. Jū-roku	80. Hachi-jū
7. Shichi	(Sjietsj)	17. Jū-shichi	90. Kyū-jū
8. Hachi	(Hatsj)	18. Jū-hachi	100. Hyaku
9. Kyū	(Kjuu)	19. Jū-kyū	
10. Jū	(Djuu)	20. Ni-jū	

Begrippen

Judozit	Zazen	Jury	Joseki
Groeten	Rei	Meester	Sensei
Beginnen	Hajime	Assistent	Senpai
Einde	Sore made	Uitvoerder	Tori
Tijdelijke stop	Mate	Verdediger	Uke
Zaal	Dōjō	Links	Hidari
Judomat	Tatami	Rechts	Migi
Judopak	Jūdō-gi	Staande wedstrijd	Randori tachi-waza
Judoband	Obi	Grondwedstrijd	Randori ne-waza

Uitvinder van het Judo	Jigorō Kanō
Hoofdstad van Japan	Tokio
Iemand die op judo zit	Jūdōka
Betekenis van judo	"De zachte weg"

Kyū- en dangraden

Graad	Kleur band	Naam
6 ^e kyū	Wit	Rokkyū
5 ^e kyū	Geel	Gokyū
4 ^e kyū	Oranje	Yonkyū
3 ^e kyū	Groen	Sankyū
2 ^e kyū	Blauw	Nikyū
1 ^e kyū	Bruin	Ikkyū
1 ^e dan	Zwart	Shodan
2 ^e dan	Zwart	Nidan
3 ^e dan	Zwart	Sandan
4 ^e dan	Zwart	Yondan
5 ^e dan	Zwart	Godan
6 ^e dan	Roodwit	Rokudan
7 ^e dan	Roodwit	Nanadan
8 ^e dan	Roodwit	Hachidan
9 ^e dan	Rood	Kyūdan
10 ^e dan	Rood	Jūdan