

Wurftechniken vom 8. Kyu bis 2. Dan

| | Technik | Bedeutung | Wurfgruppe | Wurfprinzip |
|--------|----------------------------|--------------------------------------|----------------------|--|
| 8. Kyu | O-goshi | Großer Hüftwurf | Koshi-waza | Anheben |
| | Uki-goshi | Hüftschwung | Koshi-waza | Drehen |
| | O-soto-otoshi | Großer Außensturz | Ashi-Waza Te-waza | Blockieren (Ashi-waza reguläre Variante) Kippen (Te-Waza-Variante für Kinder) |
| 7. Kyu | O-goshi | Großer Hüftwurf | Koshi-waza | Anheben |
| | Uki-goshi | Hüftschwung | Koshi-waza | Drehen |
| | O-uchi-gari | Große Innesichel | Ashi-waza | Wegreißen |
| | Seoi-otoshi | Schultersturz | Te-waza | Kippen |
| 6. Kyu | Ippon-seoi-nage | Punkt Schulterwurf | Kata-waza | Heben |
| | Tai-otoshi | Körpersturz | Te-waza | Kippen |
| | Ko-uchi-gari | Kleine Innensichel | Ashi-waza | Wegreißen |
| | Ko-soto-gake | Kleines äußeres Einhängen | Ashi-waza | Wegreißen |
| | Ko-soto-gari | Kleine Außensichel | Ashi-waza | Wegreißen |
| | De-ashi-barai | Vorwärtiges Fußfegen | Ashi-waza | Fegen |
| 5. Kyu | Morote-seoi-nage | Schulterwurf | Kata-waza | Heben |
| | Sasae-tsuru-komi-ashi | Hebezug-Fußhalten | Ashi-waza | Blockieren / Stoppen |
| | Hiza-guruma | Knierad | Ashi-waza | Blockieren / Stoppen |
| | Okuri-ashi-barai | Fußnachfegen | Ashi-waza | Fegen |
| | O-soto-gari | Große Außensichel | Ashi-waza | Wegreißen |
| | Harai-goshi | Hüftfeger | Koshi-waza | Drehen |
| 4. Kyu | Tsuru-komi-goshi | Hebezughüftwurf | Koshi-waza | Anheben |
| | Koshi-uchi-mata (Kawaeshi) | Innerer Schenkelwurf | Koshi-waza | Anheben |
| | O-uchi-barai | Großes inneres Fegen | Ashi-waza | Fegen |
| | Ko-uchi-barai | Kleins inneres Fegen | Ashi-waza | Fegen |
| | Ko-uchi-maki-komi | Kleines Einrollen nach innen | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| | Tomoe-nage | Kopfwurf | Ma-sutemi-waza | Opfern rückwärts* |
| 3. Kyu | Koshi-guruma | Hüftrad | Koshi-waza | Drehen |
| | Ushiro-goshi | Hüftgegenwurf | Koshi-waza | Anheben |
| | Hane-goshi | Hüftspringwurf | Koshi-waza | Drehen |
| | Sumi-gaeshi | Ecken-Kippe | Ma-sutemi-waza | Opfern rückwärts* |
| | Tani-otoshi | Talfallzug | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| | Yoko-otoshi | Seitsturz | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| 2. Kyu | Ashi-uchi-mata (Kodokan) | Innerer Schenkelwurf | Ashi-waza | Fegen |
| | Utsuri-goshi | Hüftwechselwurf | Koshi-waza | Anheben |
| | Yoko-gake | Seitlicher Körpersturz | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| | Ashi-guruma | Beinrad | Ashi-waza | Sperren |
| 1. Kyu | O-guruma | Großes Rad | Ashi-waza | Sperren |
| | Ura-nage | Rückwurf | Ma-sutemi-waza | Opfern rückwärts* |
| | Yoko-guruma | Seitrad | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| | Sukui-nage | Schaufelwurf | Te-waza | Kippen |
| | Te-guruma | Handrad | Te-waza | Heben |
| | Kata-guruma | Schulterrad | Kata-waza | Drehen |
| | Soto-maki-komi | Äußeres Einrollen | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| | Hane-maki-komi | „Schnellendes“ Einrollen | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| | Tsuru-goshi | Hüftzug | Koshi-waza | Anheben |
| 1. Dan | O-soto-guruma | Großes Außenrad | Ashi-waza | Wegreißen |
| | Sukui-nage | Schaufelwurf | Te-waza | Kippen |
| | Uki-waza | Rückfallzug | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| | Sumi-otoshi | Eckenkippe | Te-waza | Kippen |
| | Harai-tsuru-komi-ashi | Hebezugfußfegen | Ashi-waza | Fegen |
| | Yoko-wakare | Seitenriß | Yoko-sutemi-waza | Opfern seitwärts* |
| | Sode-tsuru-komi-goshi | Hebezughüftwurf mit Hilfe des Ärmels | Koshi-waza | Anheben |
| 2. Dan | Yama-arashi | Bergsturm | Te-waza | |
| | Hikkomi-gaeshi | Zugkippe | Ma-sutemi-waza | Opfern rückwärts* |
| | Taware-gaeshi | Reisballenwurf | Ma-sutemi-waza | Opfern rückwärts* |
| | Morote-gari | Beidhandsicheln | Te-waza | Kippen |
| | Obi-otoshi | Gürtelwurf | Te-waza | Kippen |

*opfern seitwärts = werfen durch Aufgabe des eigenen Gleichgewichtes zur Seite

*opfern rückwärts = werfen durch Aufgabe des eigenen Gleichgewichtes auf den Rücken