

PJJ-vyökoe  
vaatimus

tekniikka	sininen	purppura (min 24kk)	ruskea (min 18kk)
<b>Alasvienti</b>			
Heittoa	2	2 heittoa 2 pyyhkäisyä	3 käsi, 2 lonkka, 2pyyhkäisy
Shoot	1	1	1
single leg	1	1	1
combo	-	-	1
<b>Guard ohitus</b>			
Suljettu	3	4	5
Avoin	1	2	3
Half	1	2	3
combo	-	1	2
<b>Sweep</b>			
Suljettu guard	3	4	4
Avoin guard	3	4	4
Half-guard	1	2	2
combo	-	1	2
<b>Pako</b>			
Mount	3	3	3
Sidecontrol	2	3	3
North-south	-	1	2
Back	1	2	2
Turttle	-	2	2
Knee-on-belly	1	2	2
<b>Lopetus</b>			
Mount	3	5	5 joista yksi tupla
Guard	4	7	7 joista 2 tupla
Sidecontrol	3	6	8
Back	2	3	4 joista yksi tupla
Turttle	1	2	2
Knee-on-belly	1	1	2
Tuplahyökkäys	1	2	2 vapaata tuplaa
Combo	-	1	2
Nilkkalukko	1	1	1
<b>Puolustus</b>			
Armbar guard	-	1	1
Armbar mount	-	1	1
Kauluskuristus guard	-	1	1
Nilkkalukko	-	1	1
Triangeli	-	1	2
Omoplata	-	1	1
<b>Opetus/Selitys</b>			
Heitto	-	-	1
Sweepi	-	1	1
Lukko	-	-	1