**6. kyu (fehér öv) elméleti vizsga anyaga**

1. **Üdvözlés:**
2. **Üdvözlés térdelésben:**
3. **Megfogás:**
4. **Ki volt Jigoro Kano:**
5. **Judo öltözet:**
6. **Judot gyakorló:**
7. **Eséstechnika:**
8. **Támadó, aki az akciót végrehajtja:**
9. **Védő, akin az akciót végrehajtják:**
10. **Tanító, mester:**
11. **Felállás:**
12. **Természetes alapállás:**
13. **Támadóállás:**
14. **Védőállás:**
15. **Haladások a szőnyegen:**
16. **Fordulómozgás:**
17. **Egyensúlyvesztések neve és fő irányai**

8 iránya:

1. **Gyakorlószőnyeg, illetve versenyek lebonyolítására is alkalmas szőnyeg neve:**