

Bälten och grader

När man först börjar träna judo är man ograderad och då använder man ett vitt bälte. Vartefter man lär sig mer och mer kan man gradera upp sig. Ordningen på färgerna i stigande grad är vitt - gult - orange - grönt - blått - brunt och därefter svart.

Det finns två olika typer av bälten. Barn och yngre ungdom använder så kallade mon-bälten, eller ungdomsbälten, som är vita med t.ex. ett gult fält i mitten längs hela bältet. Ett mon-bälte visar att man inte har lärt sig arm- och halslås-tekniker och då får ens motsåndare på träning inte heller använda sig av sådana tekniker oavsett vad han/hon har för bälte.

Med ett helfärgat bälte har man lärt sig allt upp till sin grad inklusive arm- och halslås-tekniker. Inom BJK börjar vi med det runt 14-års åldern.

De olika graderna - innan man kommer fram till svarta bälten - kallas "kyu" där 6 kyu är den lägsta med vitt bälte. Alla kyu-graderingar görs hemma på klubben. Man graderar även i halvsteg då man t.ex. sätter ett gult streck på ett vitt bälte, ett orange streck på ett gult bälte o.s.v. Så här är ordningen med lägsta graden först:

- 6 kyu - vitt bälte
- 6 kyu - vitt bälte med gult streck
- 5 kyu - gult bälte
- 5 kyu - gult bälte med orange streck
- 4 kyu - orange bälte
- 4 kyu - orange bälte med grönt streck
- 3 kyu - grönt bälte
- 3 kyu - grönt bälte med blått streck
- 2 kyu - blått bälte
- 2 kyu - blått bälte med brunt streck
- 1 kyu - brunt bälte

Därefter går man upp på svarta bälten som kallas Dan-grader. Dessa kan man inte ta hemma på klubben utan då måste man åka till så kallade zongraderingar eller riksgraderingar. Det finns 10 olika Dan-grader där 1 Dan är den första närmast över brunt bälte och 10 Dan är den högsta.