

**EXAMES DE FAIXAS**

O exame de faixa serve para avaliar tanto a capacidade de entendimento do aluno, junto a metodologia, quanto para medir as habilidades do professor.



# SISTEMA DE GRADUAÇÃO

4 AOS 15 ANOS



BRANCA  
CINZA E BRANCA  
CINZA  
CINZA E PRETO

7 AOS 15 ANOS



AMARELA E BRANCA  
AMARELA  
AMARELA E PRETA

10 AOS 15 ANOS



LARANJA E BRANCA  
LARANJA  
LARANJA E PRETA

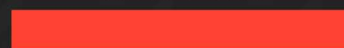
13 AOS 15 ANOS



VERDE E BRANCA  
VERDE  
VERDE E PRETA

## GRAUS COMPLEMENTARES (Semestrais)

O CAMPEÃO  
NA ESCOLA



O CAMPEÃO  
EM CASA



O CAMPEÃO  
DO TREINO



O CAMPEÃO DOS  
BONS HÁBITOS



Sistema de graus  
a cada 25 aulas

## A PARTIR DOS 16 ANOS

BRANCA

25 Aulas/Graus

AZUL

65 Aulas/Graus

ROXA

75 Aulas/Graus

MARROM

85 Aulas/Graus

## 18 ANOS

## PRATICANTES DE 16 E 17 ANOS

ROXA

2  
ANOS

MARROM

## A PARTIR DOS 18 ANOS

AZUL

2  
ANOS

ROXA

1 1/2  
ANOS

MARROM

## **ORIENTAÇÕES PARA O ALUNO**

### **PREPARAÇÃO PARA O EXAME**

É importante que o professor tenha um auxiliar para que o aluno possa aplicar as técnicas. O aluno deve sugerir um parceiro de treino para o exame.

### **VALOR DO EXAME**

O aluno deve pagar o valor tabelado da **KIMURA BJJ**.

O valor tabelado do exame contempla o custo da faixa, o certificado e o avaliador.

### **RESULTADO DO EXAME**

O aluno precisa acertar o mínimo de 80% da prova.

Em caso de erro, o aluno poderá ter a chance de refazer a técnica.

O aluno poderá refazer o teste caso seja reprovado.

# GRAUS NAS FAIXAS

## COLORIDOS

Ficam do outro lado da faixa e a critério do professor para cada um deles. Importante: o professor pode dar e retirar a qualquer momento.

O CAMPEÃO NA ESCOLA

**VERMELHO**

O CAMPEÃO EM CASA

**AMARELO**

O CAMPEÃO DO TREINO

**AZUL**

O CAMPEÃO DOS BONS HÁBITOS

**VERDE**



# FAIXA CINZA E BRANCA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Fundamentos

(Para o aluno executar)

- 1.1** - Rolamento de costas
- 1.2** - Rolamento de frente
- 1.3** - Fuga de quadril
- 1.4** - Levantada técnica
- 1.5** - Sprawl

### 2 - Posições de Base

(o que se entende da posição)

- 2.1** - Guarda
- 2.2** - Montada
- 2.3** - 100 KG



# FAIXA CINZA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### **1 - Fundamentos**

(Para o aluno executar)

- 1.1** - Rolamento de costas
- 1.2** - Rolamento de frente
- 1.3** - Fuga de quadril
- 1.4** - Levantada técnica
- 1.5** - Sprawl

### **2 - Posições de Base**

(o que se entende da posição)

- 2.1** - Guarda
- 2.2** - Montada
- 2.3** - 100 KG

### **3 - Saída de Baixo**

- 3.1** - Barrigada - 100kg e montada
- 3.2** - Reposição do 100kg



# FAIXA CINZA E PRETA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### **1 - Fundamentos**

(Para o aluno executar)

- 1.1** - Rolamento de costas
- 1.2** - Rolamento de frente
- 1.3** - Fuga de quadril
- 1.4** - Levantada técnica
- 1.5** - Sprawl

### **2 - Posições de Base**

(o que se entende da posição)

- 2.1** - Guarda
- 2.2** - Montada
- 2.3** - 100 KG

### **3 - Saída de Baixo**

- 3.1** - Barrigada - 100kg e montada
- 3.2** - Reposição do 100kg

### **4 - Raspagem**

- 4.1** - Uma raspagem



# **FAIXA AMARELA E BRANCA**

Mínimo de 25 aulas por grau

## **PRÁTICA**

### **1 - Fundamentos**

(Para o aluno executar)

- 1.1** - Rolamento de costas
- 1.2** - Rolamento de frente
- 1.3** - Fuga de quadril
- 1.4** - Levantada técnica
- 1.5** - Sprawl

### **2 - Posições de Base**

(o que se entende da posição)

- 2.1** - Guarda
- 2.2** - Montada
- 2.3** - 100 KG

### **3 - Saída de Baixo**

- 3.1** - Barrigada - 100kg e montada
- 3.2** - Reposição do 100kg

### **4 - Raspagem**

- 4.1** - Uma raspagem

### **5 - Ataque na Guarda**

- 5.1** - Uma finalização



# **FAIXA AMARELA**

Mínimo de 25 aulas por grau

## **PRÁTICA**

### **1 - Fundamentos**

(Para o aluno executar)

- 1.1** - Rolamento de costas
- 1.2** - Rolamento de frente
- 1.3** - Fuga de quadril
- 1.4** - Levantada técnica
- 1.5** - Sprawl

### **2 - Posições de Base**

(o que se entende da posição)

- 2.1** - Guarda
- 2.2** - Montada
- 2.3** - 100 KG

### **3 - Saída de Baixo**

- 3.1** - Barrigada - 100kg e montada
- 3.2** - Reposição do 100kg

### **4 - Raspagem**

- 4.1** - Uma raspagem

### **5 - Ataque na Guarda**

- 5.1** - Uma finalização

### **6 - Passagem**

- 6.1** - Uma passagem



# FAIXA AMARELA E PRETA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Fundamentos

(Para o aluno executar)

- 1.1 - Rolamento de costas
- 1.2 - Rolamento de frente
- 1.3 - Fuga de quadril
- 1.4 - Levantada técnica
- 1.5 - Sprawl

### 2 - Posições de Base

(o que se entende da posição)

- 2.1 - Guarda
- 2.2 - Montada
- 2.3 - 100 KG

### 3 - Saída de Baixo

- 3.1 - Barrigada - 100kg e montada
- 3.2 - Reposição do 100kg

### 4 - Raspagem

- 4.1 - Uma raspagem

### 5 - Ataque na Guarda

- 5.1 - Uma finalização

### 6 - Passagem

- 6.1 - Uma passagem

### 7 - Queda

- 7.1 - Uma queda

### 8 - Montada

- 8.1 - Uma finalização

### 9 - Costas

- 9.1 - Uma finalização



# FAIXA LARANJA E BRANCA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Fundamentos

(Para o aluno executar)

- 1.1 - Rolamento de costas
- 1.2 - Rolamento de frente
- 1.3 - Fuga de quadril
- 1.4 - Levantada técnica
- 1.5 - Sprawl

### 2 - Posições de Base

(o que se entende da posição)

- 2.1 - Guarda
- 2.2 - Montada
- 2.3 - 100 KG

### 3 - Saída de Baixo

- 3.1 - Barrigada - 100kg e montada
- 3.2 - Reposição do 100kg
- 3.3 - Reposição de guarda

### 4 - Raspagem

- 4.1 - Duas raspagem

### 5 - Ataque na Guarda

- 5.1 - Duas finalizações

### 6 - Passagem

- 6.1 - Uma passagem

### 7 - Queda

- 7.1 - Uma queda

### 8 - Montada

- 8.1 - Uma finalização

### 9 - Costas

- 9.1 - Uma finalização



# FAIXA LARANJA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Fundamentos

(Para o aluno executar)

- 1.1 - Rolamento de costas
- 1.2 - Rolamento de frente
- 1.3 - Fuga de quadril
- 1.4 - Levantada técnica
- 1.5 - Sprawl

### 2 - Posições de Base

(o que se entende da posição)

- 2.1 - Guarda
- 2.2 - Montada
- 2.3 - 100 KG

### 3 - Saída de Baixo

- 3.1 - Barrigada - 100kg e montada
- 3.2 - Reposição do 100kg
- 3.3 - Reposição de guarda

### 4 - Raspagem

- 4.1 - Duas raspagem

### 5 - Ataque na Guarda

- 5.1 - Duas finalização

### 6 - Passagem

- 6.1 - Duas passagens

### 7 - Queda

- 7.1 - Uma queda

### 8 - Montada

- 8.1 - Uma finalização

### 9 - Costas

- 9.1 - Duas finalizações



# FAIXA LARANJA E PRETA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Fundamentos

(Para o aluno executar)

- 1.1 - Rolamento de costas
- 1.2 - Rolamento de frente
- 1.3 - Fuga de quadril
- 1.4 - Levantada técnica
- 1.5 - Sprawl

### 2 - Saída de Baixo

- 2.1 - Barrigada, 100kg e montada
- 2.2 - Saída de costas
- 2.3 - Reposição de guarda

### 3 - Raspagem

- 3.1 - Duas raspagem de guarda fechada
- 3.2 - Duas raspagem de guarda aberta

### 4 - Ataque na Guarda

- 4.1 - Finalização na guarda

### 5 - Passagem

- 5.1 - Duas passagens de guarda em situações diferentes
- 5.2 - Passagem de meia guarda

### 6 - Montada

- 6.1 - Dois ataques

### 7 - Costas

- 7.1 - Dois ataques

### 8 - Quedas

- 8.1 - Duas quedas de quadril
- 8.1 - Duas quedas de perna



# FAIXA VERDE E BRANCA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Fundamentos

(Para o aluno executar)

- 1.1 - Rolamento de costas
- 1.2 - Rolamento de frente
- 1.3 - Fuga de quadril
- 1.4 - Levantada técnica
- 1.5 - Sprawl

### 2 - Saída de Baixo

- 2.1 - Barrigada, 100kg e montada
- 2.2 - Reposição do 100kg
- 2.3 - Saída de costas
- 2.4 - Reposição de guarda

### 3 - Raspagem

- 3.1 - Uma raspagem de guarda fechada
- 3.2 - Uma raspagem de guarda aberta com o adversário em pé
- 3.3 - Uma raspagem de guarda aberta

### 4 - Ataque na Guarda

- 4.1 - Duas finalizações

### 5 - Passagem

- 5.1 - Uma postura
- 5.2 - Três passagem de guarda diferentes
- 5.3 - Domínio e passagem de meia guarda

### 6 - Montada

- 6.1 - Dois ataques

### 7 - Costas

- 7.1 - Dois ataques

### 8 - Quedas

- 8.1 - Duas quedas de quadril
- 8.1 - Duas quedas de perna



# FAIXA VERDE

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Fundamentos

(Para o aluno executar)

- 1.1 - Rolamento de costas
- 1.2 - Rolamento de frente
- 1.3 - Fuga de quadril
- 1.4 - Levantada técnica
- 1.5 - Sprawl

### 2 - Saída de Baixo

- 2.1 - Barrigada, 100kg e montada
- 2.2 - Reposição do 100kg
- 2.3 - Saída de costas
- 2.4 - Reposição de guarda

### 3 - Raspagem

- 3.1 - Duas raspagens de guarda fechada
- 3.2 - Duas raspagens de guarda aberta com o adversário em pé
- 3.3 - Duas raspagens de guarda aberta

### 4 - Ataque na Guarda

- 4.1 - Duas finalizações

### 5 - Passagem

- 5.1 - Uma postura
- 5.2 - Três passagem de guarda diferentes
- 5.3 - Domínio e passagem de meia guarda

### 6 - Montada

- 6.1 - Três ataques

### 7 - Costas

- 7.1 - Dois ataques

### 8 - Quedas

- 8.1 - Duas quedas de quadril
- 8.1 - Duas quedas de perna



# FAIXA VERDE E PRETA

Mínimo de 25 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Fundamentos

(Para o aluno executar)

- 1.1 - Rolamento de costas
- 1.2 - Rolamento de frente
- 1.3 - Fuga de quadril
- 1.4 - Levantada técnica
- 1.5 - Sprawl

### 2 - Saída de Baixo

- 2.1 - Barrigada, 100kg e montada
- 2.2 - Reposição do 100kg
- 2.3 - Reposição de guarda

### 3 - Raspagem

- 3.1 - Duas raspagens de guarda fechada
- 3.2 - Duas raspagens de guarda aberta com o adversário em pé
- 3.3 - Duas raspagens de guarda aberta com o adversário de joelhos

### 4 - Ataque na Guarda

- 4.1 - Três finalizações

### 5 - Passagem

- 5.1 - Uma postura
- 5.2 - Duas passagem de guarda diferentes
- 5.3 - Domínio e passagem de meia guarda

### 6 - Montada

- 6.1 - Quatro ataques

### 7 - Costas

- 7.1 - Quatro ataques

### 8 - Quedas

- 8.1 - Duas quedas de quadril
- 8.1 - Duas quedas de perna



# FAIXA AZUL

Mínimo de 65 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Saída de Baixo

- 1.1 - Barrigada
- 1.2 - Saída de cotovelo
- 1.3 - Saída de costas
- 1.4 - Reposição de guarda
- 1.5 - Virada de quatro apoio

### 2 - Raspagem

- 2.1 - Duas raspagens de guarda fechada
- 2.2 - Duas raspagens de guarda aberta com o adversário em pé
- 2.3 - Duas raspagens de guarda aberta com o adversário de joelhos

### 3 - Ataque na Guarda

- 3.1 - Quatro finalizações na guarda

### 4 - Passagem

- 4.1 - Postura
- 4.2 - Três passagens de guarda em situações diferentes
- 4.3 - Domínio e passagem de meia guarda

### 5 - Ataques Laterais

- 5.1 - Duas Chaves de Braço
- 5.2 - Dois Estrangulamentos

### 6 - Montada

- 6.1 - Três ataques

### 7 - Costas

- 7.1 - Dois ataques

### 8 - Quedas

- 8.1 - Duas quedas de quadril
- 8.1 - Duas quedas de perna



# FAIXA ROXA

Mínimo de 75 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Raspagem

- 1.1 - Quatro raspagens de guarda fechada
- 1.2 - Quatro raspagens de guarda aberta com o adversário em pé
- 1.3 - Duas raspagens de guarda aberta com o adversário de joelhos
- 1.4 - Duas raspagens de meia guarda

### 2 - Ataque na Guarda

- 2.1 - Dez finalizações na guarda

### 3 - Passagem

- 3.1 - Cinco passagens de guarda em situações diferentes
- 3.2 - Domínio e passagem de meia guarda 3 tipos

### 4 - Montada

- 6.1 - Cinco ataques

### 5 - Costas

- 7.1 - Quatro ataques

### 6 - Quedas

- 6.1 - Cinco quedas de quadril
- 6.1 - Cinco quedas de perna



# FAIXA MARROM

Mínimo de 85 aulas por grau

## PRÁTICA

### 1 - Saída de Baixo

- 1.1 - Saída do norte/sul
- 1.2 - Saída dos 100kg
- 1.3 - Saída de joelho na barriga
- 1.4 - Saída das costas 2 tipos
- 1.5 - Reposição de guarda

### 2 - Raspagem

- 1.1 - Quatro raspagens de guarda fechada
- 1.2 - Quatro raspagens de guarda aberta com o adversário em pé
- 1.3 - Quatro raspagens de guarda aberta com o adversário de joelhos
- 1.4 - Quatro raspagens de meia guarda

### 3 - Ataque na Guarda

- 2.1 - Vinte preparações e finalizações na guarda

### 4 - Passagem

- 4.1 - Cinco passagens de guarda em situações diferentes
- 4.2 - Domínio e passagem de meia guarda 3 tipos

### 5 - Montada

- 5.1 - Cinco ataques

### 6 - Costas

- 6.1 - Quatro ataques

### 7 - Quedas

- 7.1 - Cinco quedas de quadril
- 7.1 - Cinco quedas de perna

**Aqui, torcemos por você!**

**Desejamos sorte!**



**KIMURA**  
BRAZILIAN JIU-JITSU