

Wado-ryu Karate-do Polska

Wymagania egzaminacyjne na stopień 10kyu – czarna belka na białym pasie

Imię i nazwisko :

KIHON kombinacje technik	KATA formy i układy techniczne oraz rzuty	KUMITE różne rodzaje walki...
Techniki w miejscu YD Jun zuki, mae geri , gedan-barai, age-uke, gaiwan-uke	Ju-no-kata: (formy zwinności) Mae-ukemi (pady do przodu)	A. przechwyt ręki O. zastosowanie bloku gedan barai
Przejścia w pozycji walki. hanmi gamae HG jun zuki, HG	Ju-no-kata: (formy zwinności) yoko-ukemi (pady tylnoboczne)	A. przechwyt ręki O. zastosowanie bloku age-uke
Przejścia w pozycji walki. hanmi gamae HG mae-geri HG	Ju-no-kata: (formy zwinności) ushiro-ukemi, (pady do tyłu)	A. przechwyt ręki O. zastosowanie bloku gaiwan-uke
Przejścia w pozycji walki. hanmi gamae HG gedan-barai HG	Ju-no-kata: (formy zwinności) przewroty do przodu przez barki...	sanbon kumite /3 kroki/ (według uznania sensei)
Przejścia w pozycji walki. hanmi gamae HG age-uke HG	Ju-no-kata: (formy zwinności) przewroty do tyłu przez barki...	gohon kumite /5 kroków/ (według uznania sensei)
Przejścia w pozycji walki. hanmi gamae HG gaiwan uke HG		taino ido nr. 1 kamae Zawsze z pozycji YD zejścia z linii ataku

EGZAMIN: Wymagane jest posiadanie gi (ubranie do karate) oraz legitymacja karate z dowodem wpłaty składki rocznej członkowskiej na konto Stowarzyszenia Wado-ryu Karate-do Polska.

Przystąpił(a) do egzaminu w dniu i zdał(a) na stopień 10 kyu w Wado-ryu Karate-do Polska.

Wykazując umiejętności techniczne i psychiczne, udowodnił(a) skuteczność i praktyczne zastosowanie wyuczonego materiału.