

Wado-ryu Karate-do Polska

Wymagania egzaminacyjne na stopień 3kyu – pas brązowy

Imię i nazwisko :

KIHON kombinacje technik	KATA formy i układy techniczne oraz rzuty	KUMITE różne rodzaje walki...
/ tobikomi zuki j, ayumi ashi gyaku zuki ch, tsugi ashi mae geri ch /	Pinan Sandan Pinan Yondan	Tsuki-uke nr.11 Tsuki-uke nr. 12
/ tsugi ashi, gyaku zuki j, ayumi ashi, gyaku zuki ch, tsugi ashi, sokuto ch, uraken /	Pinan Godan	Keri-uke nr. 9 Keri-uke nr. 10
/ tobikomi zuki j, ayumi ashi nagashi zuki, gyaku zuki ch, surikomi mawashi geri /	Kushanku	Kumite Gata 1 Kihon Kumite 1
/ nagashi zuki, mae geri ch, nagashi zuki, gyaku zuki ch, mawashi geri j /	JO no kata Interpretacja ruchów z partnerem	ju iponn kumite A: tsuki, gyaku zuki, mae geri, mawashi geri ushiro geri O: dowolna
/ gyaku zuki surikomi, mawashi geri ch, ushiro geri ch, gyaku zuki ch /	Ju-no-kata: (formy zwinności) wyskok z przewrotem przez bark z yoko ukemi	Ju kumite wolna walka Randori 3 napastników
/ nagashi zuki, ayumi ashi nagashi zuki, gyaku zuki ch, surikomi ura mawashi geri j, gyaku zuki ch /	Mae ukemi Ushiro ukemi Yoko ukemi Z wyskoku w miejscu...	taino ido nr. 8 /surikomi gedan barai, gyaku zuki/ ashi barai

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 3 kyu w Wado-ryu Karate-do Polska.
Wykazując umiejętności techniczne i psychiczne, udowodnił(a) skuteczność i praktyczne zastosowanie wyuczonego materiału.