

Wado-ryu Karate-do Polska

Wymagania egzaminacyjne na stopień 5kyu – pas zielony

Imię i nazwisko :

KIHON kombinacje technik	KATA formy i układy techniczne oraz rzuty	KUMITE różne rodzaje walki...
/mae geri ch, nagashi zuki j, mawashi geri ch./	Pinan Shodan haiwan uke	Tsuki-uke nr.7 Tsuki-uke nr. 8
/ayumi ashi uraken, gyaku zuki ch, surikomi sokuto ch/	Pinan Sandan hiji uke	Keri-uke nr. 5 Keri-uke nr.6
/gyaku zuki j, tsugi ashi sokuto ch, ushiro geri ch, uraken/	Ju-no-kata: (formy zwinności) mae-ukemi miękki twardy	yakusoku kumite (walka aranżowana, na bazie technik z danego poziomu)
/okuri ashi mae geri ch, gyaku zuki ch nagashi zuki j. tsugi ashi sokuto ch./	Ju-no-kata: (formy zwinności) ushiro-ukemi z przewrotem przez bark	ju iponn kumite A: tsuki, gyaku zuki, mae geri, mawashi geri ushiro geri O: dowolna
/neko ashi NKS kake uke mae geri ch nagashi gyaku zuki	Ju-no-kata: (formy zwinności) yoko-ukemi z przewrotem przez bark	Ju kumite wolna walka
mae geri, nagashi zuki, gyaku zuki mawashi geri ch.	Ju-no-kata: (formy zwinności) wyskok z przewrotem przez bark z yoko ukemi	taino ido nr. 6 /te nagashi uke, nagashi gyaku zuki 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 5 kyu w Wado-ryu Karate-do Polska.
Wykazując umiejętności techniczne i psychiczne, udowodnił(a) skuteczność i praktyczne zastosowanie wyuczonego materiału.