

Wado-ryu Karate-do Polska

Wymagania egzaminacyjne na stopień 7kyu – pas pomarańczowy

Imię i nazwisko :

KIHON kombinacje technik	KATA formy i układy techniczne oraz rzuty	KUMITE różne rodzaje walki...
/okuri ashi tobikomi zuki, gyaku zuki ch/	Pinan Nidan	Tsuki-uke nr.3 Tsuki-uke nr. 4
/okuri ashi gyaku zuki ch, surikomi mae geri ch/	Ju-no-kata: (formy zwinnosci) mae-ukemi miękki twardy	Keri-uke nr. 1 Keri-uke nr. 2
Mae geri, gyaku zuki, mawashi geri, uraken, furiken uchi	Ju-no-kata: (formy zwinnosci) ushiro-ukemi z przewrotem przez bark	Sanbon kumite /3 kroki /
/okuri ashi mae geri ch, gyaku zuki ch/	Ju-no-kata: (formy zwinnosci) yoko-ukemi z przewrotem przez bark	Ju iponn kumite /3ataki turniejowe/
/ mawashi geri, tsugi ashi yoko geri sokuto /	Ju-no-kata: (formy zwinnosci) przewrót przez bark z yoko ukemi	Ju kumite
/ayumi ashi nagashi, te-nagashi-uke giaku-zuki /	Ju-no-kata: (formy zwinnosci) wyskok z przewrotem przez bark z yoko ukemi	taino ido nr. 4 / gyaku naiwan uke, jun 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 7 kyu w Wado-ryu Karate-do Polska.

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