

## Wado-ryu Karate-do Polska

### Wymagania egzaminacyjne na stopień 9kyu - żółta belka na białym pasie

Imię i nazwisko : .....

<b>KIHON</b> kombinacje technik	<b>KATA</b> formy i układy techniczne oraz rzuty	<b>KUMITE</b> różne rodzajewalki...
<b>gedan barai</b> <b>giaku-zuki</b> <b>HG</b>	Ju-no-kata: <b>( formy zwinności )</b> Mae-ukemi (pady do przodu)	<b>A: mae geri ch.</b> <b>O: te nagashi uke</b>
<b>jun zuki,</b> <b>gyaku zuki</b> <b>HG</b>	Ju-no-kata: <b>( formy zwinności )</b> yoko-ukemi (pady tylno-boczne)	A: junzuki /g, ch, j / O: Zastosowanie gedan barai gaiwan uke naiwan uke age uke
<b>mae-geri</b> <b>gyaku zuki</b> <b>HG</b>	Ju-no-kata: <b>( formy zwinności )</b> ushiro-ukemi, (pady do tyłu)	A: Jun zuki O: te nagashi uke /g, ch, j / O: blok i gyaku zuki
gedan-barai mae-geri gyaku zuki HG	Ju-no-kata: <b>( formy zwinności )</b> przewroty do przodu przez barki...	<b>sanbon kumite /3 kroki/</b> <b>(według uznania sensei)</b>
gedan-barai gyaku zuki mae-hiza-geri HG	Ju-no-kata: <b>( formy zwinności )</b> przewroty do tyłu przez barki...	gohon kumite /5 kroków/ (według uznania sensei)
<b>mae-geri, jun zuki</b> <b>giaku-zuki</b>	<b>Kihon kata</b> Układ techniczny bez przeciwnika <b>Kime</b> (koncentracja energii) <b>Kiai</b> (okrzyk)	<b>taino ido nr. 2</b> <b>kamae</b> <b>gyaku zuki</b> <b>z pozycji YD</b> <b>zejścia z linii ataku</b>

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 9 kyu w Wado-ryu Karate-do Polska.

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