

4.3. IZPITN ZA RDEČI PASA 7. KYU

A) Minimalni predpogoji, da se kandidat prijavi na izpit so:

- 5 Mesecev rednega treniranja z oranžnim pasom ali 60 treningov v povprečju 3x tedensko.
- Obvezno sodelovanje na treh karate šolah ali seminarjih v klubske organizaciji ali v organizaciji KZS. Če je kandidat sodeloval na seminarju izven matičnega kluba je potrebno predložiti dokazilo (račun o plačani seminarski taksi ali žigosano potrdilo organizatorja).
- Da so poravnane vse obveznosti do društva (članarina, izpitna in seminarska taksa itn.).

B) NAMEN UČENJA: Urjenje ročnih tehnik v ritmu 1,2,1, položaj KBD in joko-gerija ter kate H2.

C) KATA: HEIAN-NIDAN

D) KIHON:

1. ZND	Sambon-tsuki	5X
2. ZND	Gedan-barai, gyako-tsuki, kizami-tsuki-jodan	5X
3. ZND	Age-uke, gyako-tsuki, kizami-tsuki-jodan	5X
4. ZND	Soto-uke, gyako-tsuki, kizami-tsuki-jodan	5X
5. ZND	Uchi-ude-uke, gyako-tsuki, kizami-tsuki-jodan	5X
6. KKD	Shuto-uke, ZND yohon-nukite	5X
7. ZND	Mae-geri-chudan, gyako-tsuki-jodan	5X
8. ZND	Mawshi-geri-jodan, gyako-tsuki-chudan	5X
9. KBD	Yoko-geri-keage	5X
10. KBD	Yoko-geri-kekomi	5X

E) DOGOVORJEN SPARING: SAMBON KUMITE (dogovorjena borba na tri korake).

- Napad mae-geri-chudan zadnji z KIAI-jem.
- Obramba, gedan-barai, po zadnji obrambi delati gyako-tsuki-chudan.

F) TEORIJA: Nazivi naučenih ročnih tehnik.

Portorož 28.12.2013 (popravek)

Pripravila:
Milenko Raičić 6. DAN

Mladen Raičić 3. DAN