



EXAMENPROGRAMMA
KINDEREN - JUNIORS - OUDERS

- ✓ In bijlage het examenprogramma van Karate Club Brugge
- ✓ De kandidaten worden enkel en alleen toegelaten mits het voorleggen van volgende documenten :
 - ❖ **Een geldige verzekering**
 - ❖ **Een vergunningsboekje** voorzien van foto en handtekening
 - ❖ **€ 5 gepaste munt** , indien u moet veranderen van kleur van gordel
- ✓ Het is de examencommissie vrij kandidaten te weigeren
- ✓ De examenjury houdt zich aan het examenprogramma , maar kan , gezien de situatie , een verkorte versie van het programma vragen
- ✓ Voorgaande examenprogramma 's blijven gekend
- ✓ Vragen en opmerkingen mogen altijd voor het examen gesteld worden

EXAMENVEREISTEN KARATE CLUB BRUGGE

Examenvereisten 8^{ste} kyu – 7^{de} kyu – 6^{de} kyu – 5^{de} kyu – 4^{de} kyu

Bij volwassenen een volle aanwezigheidskaart kunnen voorleggen
Desbetreffende programma's dienen grondig gekend te zijn
€ 5 wordt gevraagd om uw nieuwe gordel te vergoeden

Examenvereisten 3^{de} kyu (van wit naar bruin)

Bij volwassenen een volle aanwezigheidskaart kunnen voorleggen
Desbetreffende programma dient grondig gekend te zijn
€ 5 wordt gevraagd om uw nieuwe gordel te vergoeden
1 stage of 1 pre-shodan shiken is verplicht

Examenvereisten 2^{de} kyu

Bij volwassenen een volle aanwezigheidskaart kunnen voorleggen
Desbetreffende programma dient grondig gekend te zijn
Er moeten 6 maanden verstreken zijn tussen het examen 3^{de} kyu en 2^{de} kyu
1 stage of 1 pre-shodan shiken is verplicht

Examenvereisten 1^{de} kyu

Bij volwassenen een volle aanwezigheidskaart kunnen voorleggen
Desbetreffende programma dient gekend te zijn
Er moeten 6 maanden verstreken zijn tussen examen 2^e kyu en 1^e kyu
1 stages of 1 pre-shodan shikens zijn verplicht

DE EXAMENCOMMISSIE :

**BANCKAERT MARCO
DE CLOEDT DANNY
DE GERSEM TOM
VANHAECKE MARC**

HOUTEKAMER PETER (SECRETARIS)

VOLWASSENEN

Het examen gaat door op uitnodiging

De kandidaat moet zijn kandidatuur bekendmaken via de lijst aan het prikbord
Het lidboekje moet volledig in orde zijn , d.w.z. een recente foto bevatten en een handtekening hebben

Boekje vergeten = helaas geen examen

Examens voor de volwassenen gaan ongeveer om de 2 maanden door op een vastgelegde datum .

Uw karate-gi (pak) , haardracht en hygiëne moet onberispelijk zijn

Enkel de kandidaat en zijn eventuele partner mogen de zaal betreden

Bezoekers of andere leden worden tijdens het examen verboden in de examenzaal

De kandidaat wordt gevraagd ruim op tijd te zijn

Het examen start altijd stipt

De kandidaat betaalt € 5 in gepaste munt , dit , indien de kandidaat geslaagd is , om de nieuw behaalde gordel te vergoeden

Bij het niet slagen of niet veranderen van kleur van gordel wordt uw € 5 teruggegeven

JEUGD - JUNIORS - OUDERS

Het lidboekje moet volledig in orde zijn , d.w.z. een recente foto bevatten en een handtekening hebben

Boekje vergeten = helaas geen examen

De kandidaat wordt gevraagd ruim op tijd te zijn

Het examen start altijd stipt

Examens voor de jeugd gaan halfjaarlijks door op een vastgelegde datum

De kandidaat betaalt € 5 in gepaste munt , dit , indien de kandidaat geslaagd is , om de nieuw behaalde gordel te vergoeden

Bij het niet slagen of niet veranderen van kleur van gordel wordt uw € 5 teruggegeven

**ALLE KANDIDATEN MOETEN AAN ALLE EISEN
VOLDOEN , ZONIEET WORDT DE KANDIDAAT
GEWEIGERD OM AAN HET EXAMEN DEEL TE
NEMEN**

KIHON

ALLE BEWEGINGEN WORDEN UITGEVOERD NA BEVEL VAN DE EXAMINATOR

Tsuki waza

oi-tsuki jodan (zkd)
oi-tsuki chudan (zkd)

Uke waza

age uke (zkd)
gedan barai (zkd)
soto uke (zkd)

Geri waza

mae geri chudan (zkd)
yoko geri chudan (kd)

OEFENINGEN OP HET STOOTKUSSEN

1 x oi-tsuki links
1 x oi-tsuki rechts

Legende

Zkd = Zenkutsu Dachi
Kd = Kiba Dachi

KANDIDAAT JEUGD 8^{STE} KYU (GEEL)

KIHON

ALLE BEWEGINGEN WORDEN UITGEVOERD NA BEVEL VAN DE EXAMINATOR

Tsuki waza

oi-tsuki jodan (zkd)
oi-tsuki chudan (zkd)

Uke waza

age uke (zkd)
gedan barai (zkd)
soto uke (zkd)

Geri waza

mae geri chudan (zkd)
yoko geri chudan (kd)

OEFENINGEN OP HET STOOTKUSSEN

1 x oi-tsuki links
1 x oi-tsuki rechts
1 x mae geri links
1 x mae geri rechts

KATA

verplicht uit te voeren :
Taikyoku Shodan (Gedan Barai - Oi tsuki chudan)

Legende

Zkd = Zenkutsu Dachi
Kkd = Kokutsu Dachi
Kd = Kiba Dachi

KANDIDAAT JEUGD (GEEL MET 1 ROOD LIJNTJE)

KIHON

ALLE BEWEGINGEN WORDEN UITGEVOERD NA BEVEL VAN DE EXAMINATOR

Tsuki waza

oi-tsuki jodan (zkd)
oi-tsuki chudan (zkd)

Uke waza

age uke (zkd)
gedan barai (zkd)
soto ude uke (zkd)
uchi ude uke (zkd)
shuto uke (kkd)

Geri waza

mae geri chudan (zkd)
yoko geri kekomi (kd)
yoko geri keage (kd)
yoko geri vanuit zkd

OEFENINGEN OP HET STOOTKUSSEN

1 x oi-tsuki links
1 x oi-tsuki rechts
1 x mae geri links
1 x mae geri rechts

KATA

Verplicht uit te voeren :
Heian Shodan

Taikyoku Shodan (Gedan Barai - Oi tsuki chudan)

KIHON

ALLE BEWEGINGEN WORDEN UITGEVOERD NA BEVEL VAN DE EXAMINATOR

Tsuki waza

oi-tsuki jodan (zkd)
oi-tsuki chudan (zkd)

Uke waza

age uke (zkd)
gedan barai (zkd)
soto ude uke (zkd)
uchi ude uke (zkd)
shuto uke (kkd)

Geri waza

mae geri chudan (zkd)
yoko geri kekomi (kd)
yoko geri keage (kd)
yoko geri vanuit zkd

OEFENINGEN OP HET STOOTKUSSEN

1 x oi tsuki links
1 x oi-tsuki rechts
1 x mae geri links
1 x mae geri rechts

KATA

Verplicht uit te voeren :
Heian Nidan

Taikyoku Shodan (Gedan Barai - Oi tsuki chudan)
Heian Shodan

KANDIDAAT JEUGD (ORANJE MET 1 ROOD LIJNTJE)

KIHON

ALLE BEWEGINGEN WORDEN UITGEVOERD NA BEVEL VAN DE EXAMINATOR

Tsuki waza

oi-tsuki jodan (zkd)
oi-tsuki chudan (zkd)
Sambon tsuki (zkd)

Uke waza

age uke (zkd)
gedan barai (zkd)
soto ude uke (zkd)
uchi ude uke (zkd)
shuto uke (kkd)

Geri waza

mae geri chudan (zkd)
yoko geri kekomi chudan (kd)
yoko geri keage jodan (kd)
yoko geri vanuit zkd
mawashi geri (zkd)

KUMITE

Sparren met een partner kan gevraagd worden (Handschoentjes Meebrengen)

KATA

Verplicht uit te voeren :
Heian Nidan

Taikyoku Shodan (Gedan Barai - Oi tsuki chudan)
Heian Shodan

KANDIDAAT JEUGD 6^{DE} KYU (GROEN)

KIHON

ALLE BEWEGINGEN WORDEN UITGEVOERD NA BEVEL VAN DE EXAMINATOR

Tsuki waza

oi-tsuki jodan (zkd)
oi-tsuki chudan (zkd)
Sambon tsuki (zkd)

Uke waza

age uke (zkd)
gedan barai (zkd)
soto ude uke (zkd)
uchi ude uke (zkd)
shuto uke (kkd)

Geri waza

mae geri chudan (zkd)
yoko geri kekomi chudan (kd)
yoko geri keage jodan (kd)
yoko geri vanuit zkd
mawashi geri (zkd)

KUMITE

Sparren met een partner kan gevraagd worden (Handschoentjes Meebrengen)

KATA

Verplicht uit te voeren :
Heian Sandan

Taikyoku Shodan (Gedan Barai - Oi tsuki chudan)
Heian Shodan
Heian Nidan

KANDIDAAT JEUGD (GROEN MET 1 ROOD LIJNTJE)

KIHON

ALLE BEWEGINGEN WORDEN UITGEVOERD NA BEVEL VAN DE EXAMINATOR

Tsuki waza

oi-tsuki jodan (zkd)
oi-tsuki chudan (zkd)
sambon tsuki (zkd)
gyaku tsuki (zkd)

Uke waza

age uke (zkd)
gedan barai (zkd)
soto ude uke (zkd)
uchi ude uke (zkd)
shuto uke (kkd) – nukite

age uke (zkd) – gyaku tsuki
gedan barai (zkd) - uraken tsuki
soto ude uke (zkd) - gyaku tsuki
uchi ude uke (zkd) - gyaku tsuki

Geri waza

mae geri chudan (zkd)
yoko geri kekomi chudan (kd)
yoko geri keage jodan (kd)
yoko geri vanuit zkd
mawashi geri (zkd)

KUMITE

Sparren met een partner kan gevraagd worden (Handschoentjes Meebrengen)

KATA

Verplicht uit te voeren :
Heian Sandan

Taikyoku Shodan (Gedan Barai - Oi tsuki chudan)
Heian Shodan
Heian Nidan

KANDIDAAT JEUGD 5^{DE} KYU (BLAUW MET 1 WIT LIJNTJE) (min. 12 jaar)

KIHON

ALLE BEWEGINGEN WORDEN UITGEVOERD NA BEVEL VAN DE EXAMINATOR

Tsuki waza

oi-tsuki jodan (zkd)
oi-tsuki chudan (zkd)
sambon tsuki (zkd)
gyaku tsuki (zkd)

Uke waza

age uke (zkd)
gedan barai (zkd)
soto ude uke (zkd)
uchi ude uke (zkd)
shuto uke (kkd) – nukite

age uke (zkd) – gyaku tsuki
gedan barai (zkd) - uraken uchi
soto ude uke (zkd) - gyaku tsuki
uchi ude uke (zkd) - kizami tsuki

Geri waza

mae geri chudan (zkd)
yoko geri kekomi chudan (kd)
yoko geri keage jodan (kd)
yoko geri vanuit zkd
mawashi geri (zkd)

KUMITE

Sparren met een partner kan gevraagd worden (Handschoentjes Meebrengen)

KATA

Verplicht uit te voeren :
Heian Yondan

Heian Shodan
Heian Nidan
Heian sandan