

EXAMENEISEN SENIOREN

8^e KYU



Januari 2020



GOJU-KAI KARATE-DO NEDERLAND

Exameneisen

Onderdeel	Eisen
Kihon Rensyu Ho	<p>Kihon</p> <p>Tachi Kata Vormen van standen Heisoku Dach Musubi Dach Heiko Dach Shiko Dach Heikaku (180°) Shiko Dach Shakaku (45°) Sanchin Dach Hanzenkutsu Dach Zenkutsu Dach</p> <p>Onderstaande technieken worden gevraagd vanuit verschillende standen.</p> <p>Uke Waza Afweertechieken Jodan (Age) Uke Chudan (Yoko) Uke Gedan (Haraiotoshi) Uke</p> <p>Tsuki Waza Stoottechnieken Jodan Seiken Zuki Chudan Seiken Zuki Chudan Seiken Zuki</p> <p>Uchi Waza Slagtechnieken Uraken Uchi 1 *</p> <p>Keri Waza Traptechnieken Gedan Geri Mae Geri Mawashi Geri</p>



GOJU-KAI KARATE-DO NEDERLAND

Notities

Datum	Onderdeel	Voortgang