

Examen formulier

Naam: \_\_\_\_\_ Leeftijd: \_\_\_\_\_



空手道

Karate-Do Youkou Breda

Wit  1e Slip

Tatami: \_\_\_\_\_

**EXAMENEISEN 8e Kyu Witte band**

Kihon 5x, Go met Kiai (J=Jodan) (C=Chudan)

	Goed	Voldoende	Matig
1 Vooruit <b>oi-tsuki</b> (J) (ZK)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Vooruit <b>oi-tsuki</b> (C) (ZK)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Vooruit <b>age-uke</b> (ZK)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Vooruit <b>soto-uke</b> (ZK)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Vooruit <b>uchi-uke</b> (ZK)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Vooruit <b>shuto-uke</b> (KK)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Op de plaats <b>mae-geri</b> (C) (ZK) (5x Links - 5x Rechts) Armen wijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Op de plaats <b>mae-geri</b> (J) (ZK) (5x Links - 5x Rechts) Armen wijd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Kihon Ippon Kumite</b> * vanuit Yoi * Aanval en tegenaanval met Kiai			
9 Aanval Jodan * verdediging age-uke * Links voor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Aanval Jodan * verdediging age-uke * Rechts voor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Kata:</b> Heian Shodan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Beoordeling standen &amp; inzet</b>			
Zenkutsu dash	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kokutsu dashi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inzet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kime	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
algemene houding	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Geslaagd  Herexamen  gezakt

Datum: \_\_\_\_\_ Handtekening examiner: \_\_\_\_\_