



## Exameneisen KC Samoerai Leuven vzw – v16.0

Om het examen in een zo sereen mogelijke sfeer te laten verlopen (zonder hinderlijke GSM-geluiden, flashes van fototoestellen, storende geluiden,.. ), gebeurt het examen zonder publiek.

### Inschrijvingen

- Voorafgaand aan het examen ontvangt de karateka een mail waarin wordt medegedeeld of hij/zij voldoende trainingen heeft, de kandidaat dient zijn deelname aan het examen te bevestigen
- Breng steeds uw vergunning(boekje/print) van Karate Vlaanderen mee
- Minimum leeftijd voor het behalen van:
  - 3<sup>de</sup> kyu: vanaf 12 jaar
  - 2<sup>de</sup> kyu: vanaf 13 jaar
  - 1<sup>ste</sup> kyu: vanaf 14 jaar
- Voor het behalen van de 1<sup>ste</sup> dan, 2<sup>de</sup> dan, ... : **zie voorwaarden/exameneisen website VKA** (leeftijd min. 15 jaar):
  - 1<sup>ste</sup> dan : 2 provinciale + 2 VKA trainingen
  - 2<sup>de</sup> dan : 2 provinciale + 3 VKA trainingen
  - Vanaf 3<sup>de</sup> dan : 5 VKA trainingen
  - De provinciale trainingen bereiden voor op het 1<sup>ste</sup> en 2<sup>de</sup> dan-examen
  - Handtekening van de hoofdtrainer vereist
  - De kandidaat heeft maximaal drie pogingen om de beoogde dangraad te behalen, na deze drie pogingen wordt ervan uitgegaan dat de kandidaat zijn persoonlijk maximaal niveau heeft bereikt

### Voorwaarden examens

- **Jeugd (extra kata/kumité competitietrainingen NIET inbegrepen)**
  - Minimaal 20 basistrainingen (tussengraden tot en met 7<sup>de</sup> kyu/geel)
  - Minimaal 25 basistrainingen (6->5->4<sup>de</sup> kyu/oranje-groen-blauw)
  - Minimaal 30 basistrainingen (van blauw-bruin naar 3->2->1<sup>de</sup> kyu/bruin)

### OPMERKINGEN

- Indien men niet deelnam aan het laatste georganiseerde examen, worden de aanwezigheden uiteraard **samengeteld sinds de laatste deelname** aan een examen.
- **Het minimumaantal trainingen mag geen streefdoel zijn, wel een minimum.** In principe zijn er per week drie trainingsmomenten die tellen voor het examen (op dinsdag, woensdag en zaterdag).
- **Tellen als afgewerkte basistraining:** clubkampioenschappen, deelname aan wedstrijden op zaterdag, stages ingericht door de club).
- Er wordt steeds rekening gehouden met **een tolerantiedrempel** t.o.v. het minimumaantal trainingen (feestdagen, zaal niet ter beschikking, ...).
- Tijdens het examen wordt naast de gevraagde technieken ook rekening gehouden met de attitude, stiptheid, beleefdheid, persoonlijke evolutie, beperkingen, leeftijd, ... van de karateka.

○ **Verschil basistrainingen en competitietrainingen:**

- **Basistrainingen** zijn gericht op het vormen van karateka's met een martiale ingesteldheid en met de hoogst mogelijke slaagkans op het behalen van de 1<sup>ste</sup> dan-graad (examen afgenomen door de Vlaamse Karate Associatie).
- **Basistrainingen** richten zich niet op één specifiek aspect van het karatedo maar op de vorming van een brede basis aan martiale kennis (kihon + kata + kumité = exameneisen Vlaamse Karate Associatie).
- **Competitietrainingen (kata /kumité)** worden niet meegeteld voor deelname aan het examen, deze trainingen zijn een extra aanbod (op uitnodiging van de trainer) en specifiek competitiegericht.

➤ **Volwassenen**

2 examens per jaar - januari/juni (toestemming van de trainer-volwassenen)

Bij vragen of bemerkingen gelieve de trainer aan te spreken. **Mails naar één aanspreekpunt:**  
[info@samoerai-leuven.be](mailto:info@samoerai-leuven.be)



**7<sup>de</sup> kyu** (gele gordel)



**kata** - Pinan Nidan

**kihon** - ter plaatse: - tsuki/ren tsuki (kiba datchi)  
- gyaku tsuki (hamni gamae)  
- jun tsuki  
- gyaku tsuki

**uke waza** - jodan uke (+ mawate)  
- gedan barai (+ mawate)

**geri waza** - maegeri  
- mawachi geri  
- sokuto (chudan vanuit kiba datchi) (*Volwassenen*)

**renraku waza** - maegeri + gyaku tsuki  
- mawachi geri + gyaku tsuki

**jyu kumite** - 3x 45"

**extra sportief** - zelfstandig knopen van de gordel, etikette in de dojo,  
groeten



**6<sup>de</sup> kyu** (oranje gordel)



<b>kata</b>	- Pinan Shodan
<b>kihon</b>	- jun tsuki - gyaku tsuki - jun tsuki no tsukomi - gyaku tsuki no tsukomi - van uit kiba dachi:- san ren tsuki (1x jodan, 2x chudan) - shuto - uraken
<b>uke waza</b>	- jodan uke + gyaku tsuki - gedan barai + gyaku tsuki - uchi uke - soto uke
<b>geri waza</b>	- maegeri - mawachi geri - sokuto
<b>renraku waza</b>	- maegeri + mawachi geri + gyaku tsuki - surikomi + sokuto + gyaku tsuki - maegeri + sokuto + uraken
<b>jyu kumite</b>	- 3x 60"
<b>extra sportief</b>	- 1->10 tellen (Japans)



**5<sup>de</sup> kyu** (groene gordel)



### **kata**

- Pinan Sandan
- Pinan Yondan

### **kihon**

- jun tsuki
- gyaku tsuki
- juntsuki no tsukomi
- gyaku tsuki no tsukomi
- tobikomi tsuki
- nagashi tsuki

### **uke waza**

- jodan uke (voor & achter)
- gedan barai (voor & achter)
- jodan uke + gyaku tsuki
- gedan barai + gyaku tsuki
- shuto uke

### **geri waza**

- maegeri
- mawachi geri
- sokuto
- ushiro geri

### **renraku waza**

- mawachi geri + ushiro geri
- maegeri + mawashi geri + ushiro geri + uraken
- maegeri + nagashi tsuki + gyaku tsuki

### **jyu kumite**

- 3x 1,5'



**4<sup>de</sup> kyu** (blauwe gordel)



### **kata**

- Pinan Godan
- 1 Pinan kata (opgelegd uit pinan 1-4)

### **Kihon**

- juntsuki (+ kete)
- gyaku tsuki (+ kete)
- juntsuki no tsukomi (+ kete)
- gyaku tsuki no tsukomi (+ kete)
- tobikomi tsuki
- nagashi tsuki

### **uke waza**

- jodan uke + gyaku tsuki (voor/achter)
- gedan barai + gyaku tsuki (voor/achter)
- uchi uke + empi
- soto uke + gyaku tsuki

### **geri waza**

- maegeri
- mawachi geri
- sokuto
- ushiro geri
- ura mawachi geri
- met partner: geri's op stootkussen

### **renraku waza**

- maegeri + nagashi tsuki + gyaku tsuki + mawashi geri
- mawashi geri + ura mawashigeri

### **jyu kumite**

- 3x 1,5'



**3<sup>de</sup> kyu** (bruine gordel)



## **Kata**

- Bassai
- Pinan Godan
- +1 opgelegde pinan

## **kihon**

- san ren tsuki (1x jodan, 2x chudan)
- jun tsuki
- gyaku tsuki
- jun tsuki no tsukomi
- gyaku tsuki no tsukomi
- tobikomi tsuki
- nagashi tsuki

## **uke waza**

- jodan uke + gyaku tsuki + uraken
- uchi uke + uraken + gyaku tsuki
- uchi uke + empi
- soto uke + gyaku tsuki

## **geri waza**

- maegeri
- mawachi geri
- sokuto
- ushiro geri
- ura mawachi geri
- fumikomi
- met partner: geri's op stootkussen

## **renraku waza**

- sensin + maegeri + rentsuki + sensin + maegeri + mawashi geri + ushiro geri + uraken + gyaku tsuki

## **jyu kumite**

- 3x 1,5' (verscheidenheid in techniek / explosiviteit/ verplaatsing / tactiek)

Karateclub Samoerai Leuven vzw - Ondernemingsnr. 428.660.618



**2<sup>de</sup> kyu** (bruine gordel-witte streep)



## **kata**

- Niseishi
- Bassai
- +1 opgelegde pinan

## **kihon**

- san ren tsuki (1x jodan, 2x chudan)
- jun tsuki
- gyaku tsuki
- jun tsuki no tsukomi
- gyaku tsuki no tsukomi
- tobikomi tsuki
- nagashi tsuki

## **uke waza**

- shuto uke + gyaku tsuki (voor en achter)
- gedan barai + soto uke + uchi uke + uraken + gyaku tsuki
- jodan uke + gyaku tsuki + uraken

## **geri waza**

- maegeri
- mawachi geri
- sokuto
- ushiro geri
- ura mawachi geri
- tobikomi maegeri
- met partner:
  - ushiro ura mawashigeri
  - mawashi geri/ura mawashi geri  
(voorste voet + plaatsen; voet mag grond raken)

## **renraku waza**

- sensin + maegeri + rentsuki + sensin + maegeri + nagashi tsuki + gyaku tsuki + mawashi geri (met draaien)



## **jyu kumite**

- 3x 1,5' (verscheidenheid in techniek / explosiviteit/ verplaatsing / tactiek)

Karateclub Samoerai Leuven vzw - Ondernemingsnr. 428.660.618



**1<sup>ste</sup> kyu** (bruin-zwarte gordel)



## **kata**

- Wanshu
- Niseishi
- Bassai
- + 1 opgelegde pinan

## **kihon**

- san ren tsuki (1x jodan, 2x chudan)
- juntsuki
- gyaku tsuki
- juntsuki no tsukomi
- gyaku tsuki no tsukomi
- tobikomi tsuki
- nagashi tsuki

## **uke waza**

- jodan uke + gyaku tsuki
- soto uke + tobikomi tsuki + gyaku nukite
- uchi uke + empi + uraken+ gyaku tsuki
- gedan barai + uraken + gyaku tsuki

## **geri waza**















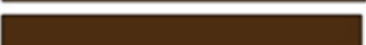


- maegeri
- mawachi geri
- mawachi geri + ushiro geri
- sokuto (in kiba datchi)
- ushiro geri
- ura mawachi geri
- maegeri + gyaku tsuki (kiai)
- maegeri (naar voor) + ushiro geri (naar achter) - zelfde been
- mawashi geri (naar voor) + sokuto (zijwaarts) - zelfde been
- mawashi geri (naar voor) + sokuto (voorwaarts) - zelfde been

# jyu kumite

- 3x 1,5'  
(techniek / explosiviteit / verplaatsing / tactiek)

Karateclub Samoerai Leuven vzw - Ondernemingsnr. 428.660.618



kyu graad	kleur	gordel	aantal trainingen	minimum leeftijd
<b>8</b>	<b>wit</b>		0	
8+	wit/rode streep		20	
8++	wit/geel		20	
<b>7</b>	<b>geel</b>		20	
7++	geel/oranje		25	
<b>6</b>	<b>oranje</b>		25	
6++	oranje/groen		25	
<b>5</b>	<b>groen</b>		25	
5++	groen/blauw		25	
<b>4</b>	<b>blauw</b>		25	
4+	blauw/rode streep		25	
4++	blauw/bruin		25	
<b>3</b>	<b>bruin</b>		30	12 jaar
3++	bruin/rode streep		30	
<b>2</b>	<b>bruin/witte streep</b>		30	13 jaar
2++	bruin/ zwarte streep		30	
<b>1</b>	<b>bruin/zwart</b>		30	14 jaar