



Exameneisen KC Samoerai Leuven vzw - v14.0

Algemeen

Om het examen in een zo sereen mogelijke sfeer te laten verlopen (zonder hinderlijke GSM-geluiden, flashes van foto toestellen, 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^{de} kyu: vanaf 12 jaar
 - 2^{de} kyu: vanaf 13 jaar
 - 1^{ste} kyu: vanaf 14 jaar
- Voor het behalen van de 1^{ste} dan, 2^{de} dan, ... : **zie voorwaarden/exameneisen website VKA** (min. 15 jaar):
 - 1^{ste} dan : 2 provinciale + 2 VKA trainingen
 - 2^{de} dan : 2 provinciale + 3 VKA trainingen
 - Vanaf 3^{de} dan : 5 VKA trainingen
 - De provinciale trainingen behandelen vanaf nu enkel het 1^{ste} en 2^{de} 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

Periode examens en aanwezigheden

- tot en met 15 jaar:
 - 2 examens per jaar - begin januari/begin juni
 - min. 20 trainingen (tussengraden tot en met 7^{de} kyu/geel)
 - min. 25 trainingen (6-5-4^{de} kyu/oranje-groen-blauw en tussengraden)
 - min. 30 trainingen (3-2-1^{de} kyu/bruin en tussengraden)
- vanaf 16 jaar & volwassenen:
 - 2 examens per jaar - begin januari/begin juni (mits zeer regelmatig op training en toestemming van de trainer)



7^{de} 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) (<i>Volwassenen</i>)
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^{de} kyu (oranje gordel)



- kata** - Pinan Shodan
- kihon**
- 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
- uke waza**
- jodan uke + gyaku tsuki
 - gedan barai + gyaku tsuki
 - uchi uke
 - soto uke
- geri waza**
- maegeri
 - mawachi geri
 - sokuto
- renraku waza**
- maegeri + mawachi geri + gyaku tsuki
 - surikomi + sokuto + gyaku tsuki
 - maegeri + sokuto + uraken
- jyu kumite** - 3x 60"
- extra sportief** - 1->10 tellen (Japans)



5^{de} 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^{de} 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^{de} 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)



2^{de} 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)



1^{ste} 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)

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