



## **Exameneisen Karateclub Samoerai Leuven vzw V9.0**

### **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**

- Gebeuren voorafgaand aan het examen door de lesgever(s) op initiatief van de kandidaat/ouders (behalve witte/gele gordels: op initiatief van de lesgever).
- Breng steeds uw vergunningsboekje (VKF) mee.

### **Minimum leeftijden**

- 3e kyu: 11 jaar
- 2e kyu: 12 jaar
- 1e kyu: 14 jaar
- 1e dan: 15 jaar + voorwaarden/exameneisen VKA
- ≥ 2e dan: voorwaarden/exameneisen VKA

### **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<sup>de</sup> Kyu/geel)
  - min. 25 trainingen (6-5-4<sup>de</sup> Kyu/oranje-groen-blauw en tussengraden)
  - min. 30 trainingen (3-2-1<sup>de</sup> Kyu/bruin en tussengraden)
- vanaf 16 jaar & volwassenen:
  - 2 examens per jaar - begin januari/begin juni (mits regelmatige aanwezigheid op training)



**7e kyu** (gele gordel)



|                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>kata</b>           | - Pinan Nidan   |
| <b>kihon</b>          | - ter plaatse: - tsuki/ren tsuki (kiba datchi)<br>- gyaku tsuki (hamni gamae)<br>- jun tsuki<br>- gyaku tsuki |
| <b>uke waza</b>       | - jodan uke (+ mawate)<br>- gedan barai (+ mawate)  |
| <b>geri waza</b>      | - maegeri<br>- mawachi geri<br>- sokuto (chudan vanuit kiba datchi) ( <i>Volwassenen</i> )                    |
| <b>renraku waza</b>   | - maegeri + gyaku tsuki<br>- mawachi geri + gyaku tsuki   |
| <b>jyu kumite</b>     | - 3x 45"  |
| <b>extra sportief</b> | - zelfstandig knopen van de gordel, etikette in de dojo, groeten  |



**6e 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)



**5e 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'



**4e 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'



**3e kyu** (bruine gordel - 1e graad)



## **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)



**2e kyu** (bruine gordel - 2e graad)



**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)



**1e kyu** (bruine gordel - 3e graad)



## **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
- gedan barai + uraken + gyaku tsuki




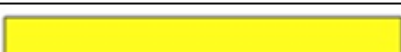













## **geri waza**

- 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 |
|-----------|---------------------------|---|-------------------|------------------|
| <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                | 11 jaar          |
| 3++       | bruin/rode streep         |  | 30                |                  |
| <b>2</b>  | <b>bruin/witte streep</b> |  | 30                | 12 jaar          |
| 2++       | bruin/ zwarte streep      |  | 30                |                  |
| <b>1</b>  | <b>bruin/zwart</b>        |  | 30                | 14 jaar          |