



**GOJU-KAI KARATE-DO
NEDERLAND**

**JEUGD
KYU GRAAD
EXAMEN EISEN**

8e KYU

Gele band met 1 oranje streep



Goju-kai Karate-do Nederland is onderdeel van de organisatie IKGA (International Karate-do Gojukai Association)



Exameneisen

Onderdeel	Eisen	
Kihon	Standen: Stoottechnieken: Afweertechneken: Traptechnieken	Heiko Dach Zenkutsu Dach Shiko Dach Sanchin Dach Jodan Zuki Chudan Zuki Gedan Zuki Jodan Uke Chudan Uke Gedan Uke Kake Uke Mae Geri Mawashi Geri Gedan Geri
Kihon Ido 1	Zenkutsu Dach Zenkutsu Dach Zenkutsu Dach Zenkutsu Dach Zenkutsu Dach Zenkutsu Dach Zenkutsu Dach Zenkutsu Dach Zenkutsu Dach Shiko Dach (45°) Shiko Dach (45°)	Jodan Zuki Chudan Zuki Gedan Zuki Jodan Uke Chudan Uke Gedan Uke Mae Geri Mawashi Geri Chudan Zuki Gedan Zuki
Kata	Taikyoku Chudan 1 Taikyoku Jodan 1	
Yakusoku kumite	Ippon kumite Tenchin	Jodan Chudan
Jiyu Kumite	Vrij gevecht	



Toelichting technieken t/m 6^e Kyu (Oranje band)

Techniek	Omschrijving
Kihon (Rensyuhō)	Vanuit een bepaalde stand worden de technieken uitgevoerd zonder te verplaatsen
Kihon Ido (Rensyuhō)	De gevraagde technieken worden door middel van verplaatsing uitgevoerd in verschillende standen
Jodan	Hoog
Chudan	Midden
Gedan	Laag
Uke	Afweerteknik
Geri	Trapteknik
Dachi	Stand
Mae	Recht vooruit
Mawashi	Cirkel
Zenkutsu	Grote stand
Heiko	Voeten naast elkaar. Schouderbreedte
Yakusoku kumite	Vooraf afgesproken gevechtsoefening met een partner uitgevoerd
Kata	Schijngevecht
Sanchin Dachi	Kleine stand
Kake Uke	Cirkel afweer met open hand
Shiko Dachi 45 / 90 / 180	De verschillen hoeken waarin deze stand wordt uitgevoerd
Hiji Ate	Slag met de elleboog
Uraken Uchi	Slag met de knokkels
Neko Achi Dachi	Kattenpoot stand

