

Wymagania egzaminacyjne

6.2 Kyu - Dzieci - żółty pas + 2 czerwone pagony

żółty pas + 2 czerwone pagony

Słowniczek

tettsui - pięść młot

uchi - uderzenie, cięcie

jodan - strefa od szyi w górę

gedan - strefa od pasa do dół

geri - kopnięcie ze zgiętą nogą

keage - kopnięcie z prostą nogą

tsuki - uderzenie, pchnięcie

hizo - żebra

yoko - w bok

chudan - strefa od pasa do szyi

mawashi - okrężnie

mae - w przód

gyaku - przeciwnie

kumite - walka

Teoria i komendy

- Teoria i komendy: siedziba Światowej Organizacji i lider Kancho Shokei Matsui. Siedziby Europejskiej i Polskiej Organizacji, liderzy.

Pozycje

- Pozycje: krok dostawny w pozycji walki.

Uderzenia i cięcia

- Uderzenia i cięcia: tettsui - hizo - uchi, tettsui - yoko - uchi j/ch/g



Tettsui-hizo-uchi



Tettsui-yoko-uchi · jodan



Tettsui-yoko-uchi · chudan



Tettsui-yoko-uchi · gedan



Tettsui

Kopnięcia

- Kopnięcia: mawashi - geri chudan.



Mawashi-geri-chudan · haisoku

Renraku

- Renraku: trzy kroki w przód w zenkutsu - dachi z mae - keage/yoko - keage/ soto - keage plus gyaku - tsuki obrót.

Kumite

- Kumite: 10 minut system punktowy.



Wymagania egzaminacyjne

6.2 Kyu - Dzieci - żółty pas + 2 czerwone pagony

Kata

- Kata: taikyoku III.

Test sprawności

- Test sprawności: 10 przeskoków przez klęczącego na kolanach i rękach partnera z pozycji w przysiadzie, obrót.