

NINJA KARATE CENTRUM
BUDO AKADÉMIA

空手三氣道

SANKIDO KARATE
VIZSGAANYAG

自他共栄武道

JITAKYOEI BUDO
HUNGARY

Mor.Stabilini – Ha

SZABÓ PÁL
vezető instruktor

8.KYU

Kivárási idő: 6 hónap

Öv: fehér--egy sárga csíkkal

Erőnlét:

--2x30 felülés

--2x15 kento

1.KIHON:

DACHI:

--Heisoku dachi

--Musubi dachi

--Heiko dachi

--Shizen dachi

--Shizen-heiko dachi /Yoi dachi

--Zenkutsu dachi

UKE:

--Age uke

--Soto uke

--Uchi uke

--Gedan barai

TSUKI:

--Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)

--Gyaku tsuki (chudan)

GERI:

--Mae geri (chudan)

--Mawashi geri (chudan)

7.KYU

Kivárási idő: 6 hónap

Öv: fehér-két sárga csíkkal

Erőnlét:

--2x35 felülés

--2x20 kento

1.KIHON:

DACHI:

--Heisoku dachi

--Musubi dachi

--Heiko dachi

--Shizen dachi

--Shizen-heiko dachi/ Yoi dachi

--Zenkutsu dachi

--Shiko dachi

--Neiko-ashi dachi

UKE:

--Age uke

--Soto uke

--Uchi uke

--Gedan barai

--Shuto uke (chudan)

--Shuto gedan barai

TSUKI:

--Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)

--Gyaku tsuki (jodan-chudan)

--Kaiten tsuki

--Shuto uchi

--Haito uchi

--Seryuto/Tate shuto

GERI:

--Mae geri (jodan-chudan)

--Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)

--Yoko geri (chudan)

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

--1. Ichiban

--2. Niban

--3. Sanban

3.KATA:

Heiwa Shodan

6.KYU

Kivárási idő: 6 hónap

Öv: fehér—három sárga csíkkal

Erőnlét:

--2x40 felülés

--2x25 kento

1.KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi /Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Soto uke

UKE:

- Age uke
- Soto uke
- Uchi uke
- Gedan barai
- Shuto uke (chudan)
- Shuto gedan barai
- Sukui uke
- Morote uke
- Tenshin jodan uke
- Tenshin gedan barai

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Shuto uchi
- Haito uch
- Seryuto/Tate shuto

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Yoko geri (jodan-chudan)

UKEMI:

- yoko-mae-ushiro—

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE

4.KATA:

Heiwa Shodan

Heiwa Nidan

5.KYU

Kivárási idő: 6 hónap

Öv: citromsárga

Erőnlét:

--2x45 felülés

--2x30 kento

1.KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi /Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Mawashi tsuki
- Tetsui uchi
- Shuto uchi
- Haito uchi

UKEMI:

- yoko,mae,ushiro—

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE

4.KATA:

- Heiwa Shodan
- Heiwa Nidan
- Heiwa Sandan

UKE:

- Age uke
- Soto uke
- Uchi uke
- Gedan barai
- Sukui uke
- Morote uke
- Shuto uke (chudan)
- Shuto gedan barai
- Tenshin jodan uke
- Tenshin gedan barai

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
- Uramawashi geri
- Jun geri (jodan-chudan)

RANDORI:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

4.KYU

Kivárási idő: 6 hónap

Öv: narancssárga

1. KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi/Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi
- Kake dachi

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Mawashi tsuki
- Tetsui uchi
- Uraken uchi
- Shuto uchi
- Haito uchi

UKEMI:

- yoko-mae-ushiro—

2. KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3. KUMITE:

KIHON KUMITE:

RANDORI:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

RANDORI KATA:

Ichino Kata

4. KATA:

- Heiwa Shodan
- Heiwa Nidan
- Heiwa Sandan
- Heiwa Yondan

3.KYU

Kivárási idő: 6 hónap

Öv: zöld

1.KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi/Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi
- Kake dachi
- Sanchin dachi

UKE:

- Age uke
- Soto uke
- Uchi uke
- Gedan barai
- Sukui uke
- Morote uke
- Juji uke
- Empi uke
- Shuto uke (jodan-chudan)
- Shuto gedan barai
- Tenshin jodan uke
- Tenshin gedan barai
- Tenshin chudan uke

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Mawashi tsuki
- Tetsui uchi
- Uraken uchi
- Shuto uchi
- Haito uchi
- Seryuto/Tate shuto

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
- Ushiro geri (jodan-chudan)
- Uramawashi geri
- Jun geri (jodan-chudan)
- Kaiten geri (gedan)
- Kakato geri
- Kin geri /Koe geri

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE:

SANBON KUMITE:

Shodan

JIYU KUMITE:

4.KATA:

- Heiwa Shodan
- Heiwa Nidan
- Heiwa Sandan
- Heiwa Yondan
- Heiwa Godan

RANDORI:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

RANDORI KATA:

- Ichi no kata
- Ni no Kata

2.KYU

Kivárási idő: 6 hónap
Öv: kék

1.KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi/Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi
- Kake dachi
- Sanchin dachi

UKE:

- Age uke
- Soto uke
- Uchi uke
- Gedan barai
- Sukui uke
- Morote uke
- Juji uke
- Empi uke
- Haishu uke
- Shuto uke (jodan-chudan)
- Shuto gedan barai
- Tenshin jodan uke
- Tenshin gedan barai
- Tenshin chudan uke

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Mawashi tsuki
- Tetsui uchi
- Uraken uchi
- Empi uchi
- Age tsuki
- Shuto uchi
- Haito uchi

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
- Uramawashi geri
- Ushiro geri (jodan-chudan)
- Jun geri (jodan-chudan)
- Kaiten geri (gedan)
- Kin geri /Koe geri
- Kakato geri
- Kizami geri (yoko-mawashi-uramawashi)

UKEMI:

- mae-yoko-ushiro—

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

KAITEN:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE:

RANDORI:

--Ichiban

--Niban

--Sanban

SANBON KUMITE:

--Shodan

--Nidan

--Sandan

--Yondan

RANDORI KATA:

--Ichi no Kata

--Ni no Kata

JIYU KUMITE:

4.KATA:

Heiwa Shodan

Heiwa Nidan

Heiwa Sandan

Heiwa Yondan

Heiwa Godan

Hiji no Kata

1.KYU

Kivárásí idő: 1 év

Öv: barna

1.KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi/Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi
- Kake dachi
- Sanchin dachi
- Kokutsu dachi
- Uchi-hachiji dachi

UKE:

- Age uke
- Soto uke
- Uchi uke
- Gedan barai
- Sukui uke
- Morote uke
- Juji uke
- Empi uke
- Haishu uke
- Kakiwake uke
- Uchi ude uke
- Nagashi uke
- Shuto uke (jodan-chudan)
- Shuto gedan barai
- Tenshin jodan uke
- Tenshin gedan barai
- Tenshin chudan uke

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Mawashi tsuki
- Tetsui uchi
- Uraken uchi
- Age tsuki
- Morote tsuki
- Yama tsuki
- Shutu uchi
- Haito uchi
- Empi uchi (mae-yoko-ushiro-mawashi-age-otoshi)
- Seryuto/Tate shuto

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
- Ushiro geri (jodan-chudan)
- Uramawashi geri
- Jun geri (jodan-chudan)
- Kaiten geri(gedan-jodan/ushiro uramawashi)
- Kin geri/Koe geri
- Kakato geri
- Mikatsuki geri
- Gyaku mikatsuki geri
- Kizami geri (yoko-mawashi-uramawashi)

UKEMI:

- yoko-mae-ushiro-

KAITEN:

- zempo-yoko-ushiro-

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

KAITEN:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE:

RANDORI:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

SANBON KUMITE:

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan
- Rokudan

RANDORI KATA:

- Ichi no Kata
- Ni no Kata
- San no Kata

SANKU:

- Shodan
- Nidan
- Sandan

JIYU KUMITE:

4.KATA:

Heiwa Shodan
Heiwa Nidan
Heiwa Sandan
Heiwa Yondan
Heiwa Godan

Hiji no Kata
Shinsei
Jin

Heiwa Shodan--bunkai

1.DAN

Kivárási idő: 1 év

Öv: fekete

1,KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musudi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi/Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi
- Kake dachi
- Sanchin dachi
- Kokutsu dachi
- Uchi-hachiji dachi
- Hangetsu dachi
- Kiba dachi
- Teiji dachi
- Renoji dachi

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Mawashi tsuki
- Age tsuki
- Ura tsuki
- Morote tsuki
- Yama tsuki
- Kagi tsuki
- Hasami tsuki
- Tetsui uchi
- Uraken uchi
- Shuto uchi
- Haito uchi
- Empi uchi (mae-yoko-ushiro-mawashi-age-otoshi)
- Seryuto/Tate shuto

UKEMI:

- yoko-mae-ushiro--

UKE:

- Age uke
- Soto uke
- Uchi uke
- Gedan barai
- Sukui uke
- Morote uke
- Juji uke
- Empi uke
- Haishu uke
- Kakiwake uke
- Uchi ude uke
- Nagashi uke
- Otoshi uke
- Tekubi kake uke
- Tate shuto uke
- Shuto uke (jodan-chudan)
- Shuto gedan barai
- Tenshin jodan uke
- Tenshin gedan barai
- Tenshin chudan uke

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
- Ushiro geri (jodan-chudan)
- Uramawashi geri
- Jun geri (jodan-chudan)
- Kakato geri
- Kin geri / Koe geri
- Kaiten geri (gedan-jodan ushiro uramawashi)
- Mikatsuki geri
- Gyaku mikatsuki geri
- Kizami geri (yoko-mawashi-uramawashi)
- Yoko geri keage
- Yoko geri kekomi
- Mae geri kekomi

KAITEN:

- zempo-yoko ushiro—

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

KAITEN:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE:

RANDORI:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

SANBON KUMITE:

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan
- Rokudan

RANDORI KATA:

- Ichi no Kata
- Ni no Kata
- San no Kata

SANKU:

- Shodan
- Nidan
- Sandan

KUMITE KATA:

- Shodan

JIYU KUMITE:

4.KATA:

Heiwa Shodan
Heiwa Nidan
Heiwa andan
Heiwa Yondan
Heiwa Godan

Hiji no Kata
Shinsei
Jiin
Bassai Dai
Annanko

Heiwa Shodan—bunkai
Heiwa Nidan—bunkai
Heiwa Sandan—bunkai
1—Mesterkata...bunkai

5.ELMÉLET:---A bázistechnikák szerepe a harcművészetekben.

---A karate története, röviden.

2.DAN

Kivárási idő: 2 év

Öv: fekete

1.KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi/Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi
- Kake dachi
- Sanchin dachi
- Kokutsu dachi
- Uchi-hachiji dachi
- Hangetsu dachi
- Kiba dachi
- Teiji dachi
- Renoji dachi

UKE:

- Age uke
- Soto uke
- Uchi uke
- Gedan barai
- ..Sukui uke
- Morote uke
- Juji uke
- Empi uke
- Haishu uke
- Kakiwake uke
- Uchi ude uke
- Nagashi uke
- Otoshi uke
- Tekubi kake uke
- Tate shuto uke
- Kake shuto uke
- Tsuki uke
- Te osae uke
- Shuto uke (jodan-chudan)
- Shuto gedan barai
- Tenshin jodan uke
- Tenshin gedan barai
- Tenshin chudan uke

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Seryuto/Tate shuto
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Mawashi tsuki
- Age tsuki
- Ura tsuki
- Morote tsuki
- Yama tsuki
- Kagi tsuki
- Hasami tsuki
- Tetsui uchi
- Uraken uchi
- Empi uchi (mae-yoko-ushiro-mawashi-
age-otoshi)
- Shuto uchi
- Haito uchi

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
- Ushiro geri (jodan-chudan)
- Uramawashi geri
- Jun geri (jodan-chudan)
- Kakato geri
- Kin geri/Koe geri
- Kaiten geri (gedan-jodan ushiro uramawashi)
- Mikatsuki geri
- Gyaku mikatsuki geri
- Kizami geri (yoko-mawashi-uramawashi)
- Mae geri kekomi
- Yoko geri kekomi
- Yoko geri keage
- Fumikomi geri (mae-yoko-ushiro)
- Uchi fumikomi geri
- Sokutei osae uke
- Sokuto osae uke
- Ashibo kake uke

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

KAITEN:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE:

RANDORI:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

SANBON KUMITE:

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan
- Rokudan

RANDORI KATA:

- Ichi no Kata
- Ni no Kata
- San no Kata

KAITEN RANDORI KATA:

- Ichi no Kata
- Ni no Kata

SANKU:

- Shodan -- tsuki
- Nidan -- geri
- Sandan -- ashi waza

KUMITE KATA:

- Shodan
- Nidan

RANDORI KUMITE:

- Go no Sen

JIYU KUMITE:

4.KATA:

- Heiwa Shodan
- Heiwa Nidan
- Heiwa Sandan
- Heiwa Yondan
- Heiwa Godan

- Hiji no Kata
- Shinsei
- Jiin
- Bassai Dai
- Annanko
- Matsukaze
- Kosokundai

- Heiwa Shodan---bunkai
- Heiwa Nidan---bunkai
- Heiwa Sandan---bunkai
- Heiwa Yondan---bunkai
- Heiwa Godan---bunkai
- 2 mester kata--- bunkai

3.DAN

Kivárási idő: 3 év

Óv: fekete

1.KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi /Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi
- Kake dachi
- Sanchin dachi
- Kokutsu dachi
- Uchi-hachiji dachi
- Hangetsu dachi
- Kiba dachi
- Teiji dachi
- Renoji dachi

UKE:

- Age uke
- Soto uke
- Uchi uke
- Gedan barai
- Sukui uke
- Morote uke
- Juji uke
- Empi uke
- Haishu uke
- Kakiwake uke
- Uchi ude uke
- Nagashi uke
- Otoshi uke
- Tekubi kake uke
- Tate shuto uke
- Kake shuto uke
- Tsuki uke
- Shuto uke (jodan-chudan)
- Shuto gedan barai
- Tenshin jodan uke
- Tenshin gedan barai
- Tenshin chudan uke
- Te osae uke
- Kakuto uke
- Keito uke
- Teisho uke
- Katate tsukami uke
- Fumikomi uke (age-ude-otoshi)

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Seryuto/Tate shuto
- Mawashi tsuki
- Age tsuki
- Ura tsuki
- Morote tsuki
- Yama tsuki
- Kagi tsuki
- Hasami tsuki
- Tetsui uchi
- Uraken uchi
- Shuto uchi
- Haito uchi
- Empi uchi (mae-yoko-ushiro-mawashi-age-otoshi)

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Uchi/Gyaku mawashi geri
- Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
- Mae geri kekomi
- Yoko geri kekomi
- Yoko geri keage
- Ushiro geri (jodan-chudan)
- Uramawashi geri
- Jun geri (jodan-chudan)
- Kakato geri
- Kaiten geri (gedan-jodan ushiro uramawashi)
- Mikatsuki geri
- Gyaku mikatsuki geri
- Kizami geri (yoko-mawashi-uramawashi)
- Fumikomi geri(mae-yoko-ushiro)
- Uchi fumikomi geri
- Sokutei osae uke
- Sokuto osae uke
- Ashibo osae uke
- Tobi geri (mae-yoko-mawashi)

--/--

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

KAITEN:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE:

RANDORI:

SANBON KUMITE:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan
- Rokudan

RANDORI KATA:

- Ichi no kata
- Ni no kata
- San no kata
- Yon no kata
- Go no kata

KAITEN RANDORI KATA:

- Ichi no kata
- Ni no kata
- San no kata

SANKU:

- Shodan --tsuki
- Nidan --geri
- Sandan --ashi-waza
- kaiten tsuki
- kaiten geri
- uramawashi geri

NININ GAKE:

- Shodan

KUMITE KATA:

- Shodan
- Nidan
- Sandan

RANDORI KUMITE:

- Go no Sen

JIYU KUMITE:

4.KATA

- Heiwa Shodan
- Heiwa Nidan
- Heiwa Sandan
- Heiwa Yondan
- Heiwa Godan

- Hiji no Kata
- Shinsei
- Jiin
- Bassai Dai
- Annanko
- Matsukaze
- Kosokundai
- Kururunfa
- Seipa

- Heiwa Shodan---bunkai
- Heiwa Nidan---bunkai
- Heiwa Sandan---bunkai
- Heiwa Yondan---bunkai
- Heiwa Godan---bunkai
- 3 mester kata---bunkai

5.ELMÉLET: A harcművészetek, a karate fiziológiai, élettani hatása.

4.DAN

Kivárási idő: 4 év

Öv: fekete

1.KIHON:

DACHI:

--Heisoku dachi
--Musubi dachi
--Heiko dachi
--Shizen dachi
--Shizen-heiko dachi/Yoi dachi
--Zenkutsu dachi
--Shiko dachi
--Neiko-ashi dachi
--Fudo dachi
--Kake dachi
--Sanchin dachi
--Kolutsu dachi
--Uchi-hachiji dachi
--Hangetsu dachi
--Kiba dachi
--Teiji dachi
--Renoji dachi

UKE:

--Age uke -- Te osae uke
--Soto uke --Kakuto uke
--Uchi uke --Keito uke
--Gedan barai --Teisho uke
--Sukui uke --Katate tsukami uke
--Morote uke --Fumikomi uke (age-ude-shuto)
--Juji Uke
--Empi uke
--Haishu uke
--Kakiwake uke
--Uchi ude uke
--Nagashi uke
--Otoshi uke
--Tekubi kake uke
--Tate shuto uke
--Kake shuto uke
--Tsuki uke
--Shuto uke (jodan-chudan)
--Shuto gedan barai
--Tenshin jodan uke
--Tenshin gedan barai
--Tenshin chudan uke

TSUKI:

--Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
--Gyaku tsuki (jodan-chudan)
_Seryuto/Tate shuto
--Kaiten tsuki
--Ren ski
--Sanbon tsuki
--Mawashi tsuki
--Age tsuki
--Ura tsuki
--Morote tsuki
--Yama tsuki
--Kagi tsuki
--Hasami tsuki
--Tetsui uchi
--Uraken uchi
--Shuto uchi
--Haito uchi
--Empi uchi (mae-yoko-ushiro-mawashi-
age-otoshi)

GERI:

--Mae geri (jodan-chudan)
--Mae geri kekomi
--Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
--Uchi/Gyaku mawashi geri
--Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
--Yoko geri kekomi
--Yoko geri keage
--Ushiro geri (jodan-chudan)
--Uramawashi geri
--Jun geri (jodan-chudan)
--Kakato geri
--Kin geri/Koe geri
--Kaiten geri (gedan-jodan ushiro uramawashi)
--Mikatsuki geri
--Gyaku mikatsuki geri
--Kizami geri (yoko-mawashi-uramawashi)
_Fumikomi geri (mae-yoko-ushiro)
--Uchi fumikomi geri
--Sokutei osae uke
--Sokuto osae uke
--Ashibo osae uke
--Tobi geri (mae-yoko-mawashi)

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

KAITEN:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3.KUMITE:

KIHON KUNITE:

RANDORI:

SAMBON KUMITE:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan
- Rokudan

RANDORI KATA:

KAITEN RANDORI KATA.

SANKU:

- Ichi no Kata
- Ni no kata
- San no Kata
- Yon no Kata
- Go no Kata

- Ichi no Kata
- Ni no kata
- San no Kata

- Shodan---tsuki
- Nidan ---geri
- Sandan --ashi waza
- kaiten tsuki
- kaiten geri
- uramawashi geri

NININ GAKE:

KUMITE KATA:

RANDORI KUMITE:

- Shodan
- Nidan
- Sandan

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan

- Go no Sen
- Sen no Sen

JIYU KUMITE:

4.KATA:

- Heiwa Shodan
- Heiwa Nidan
- Heiwa Sandan
- Heiwa Yondan
- Heiwa Godan

- Hiji no Kata
- Shinsei
- Jiin
- Bassai Dai
- Annanko
- Matsukaze
- Kosokundai
- Seipa
- Sanchin
- Kururunfa
- Seienchin
- Bassai Sho
- Tensho
- Tajima
- Goju Yon
- Ten Ryu no Kata

- Heiwa Shodan ---bunkai
- Heiwa Nidan ---bunkai
- Heiwa Sandan ---bunkai
- Heiwa Yondan---bunkai
- Heiwa Godan ---bunkai
- 4 mester kata --bunkai

5.DAN

Kivárási idő: 5 év

Öv: fekete

1.KIHON:

DACHI:

--Heisoku dachi
--Musubi dachi
--Heiko dachi
--Shizen dachi
--Shizen-heiko dachi/Yoi dachi
--Zenkutsu dachi
--Shiko dachi
--Neiko-ashi dachi
--Fudo dachi
--Kake dachi
--Sanchin dachi
--Kokutsu dachi
--Uchi-hachiji dachi
--Hangetsu dachi
--Kiba dachi
--Teiji dachi
--Renoji dachi

UKE:

--Age uke
--Soto uke
--Uchi uke
--Gedan barai
--Sukui uke
--Morote uke
--Juji uke
--Empi uke
--Haishu uke
--Kakiwake uke
--Uchi ude uke
--Nagashi uke
--Otoshi uke
--Tekubi kake uke
--Tate shuto uke
--Kake shuto uke
--Tsuki uke
--Shuto uke (jodan-chudan)
--Shuto gedan barai
--Tenshin jodan uke
--Tenshin gedan barai
--Tenshin chudan uke

--Te osae uke

--Kakuto uke

--Keito uke

--Teisho uke

--Katate tsukami uke

--Fumukomi uke (age-ude-shuto)

TSUKI:

--Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
--Gyaku tsuki (jodan-chudan)
--Kaiten tsuki
--Ren ski
--Sanbon tsuki
--Mawashi tsuki
--Age tsuki
--Ura tsuki
--Morote tsuki
--Yama tsuki
--Kagi tsuki
--Hasami tsuki
--Tetsui uchi
--Uraken uchi
--Shuto uchi
--Haito
--Empi uchi(mae-yoko-ushiro-mawashi-
age-otoshi)
--Seryuto/Tate shuto

GERI:

--Mae geri (jodan-chudan)
--Mae geri kekomi
--Mawashi geri (jodan-chudan gedan)
--Uchi/Gyaku mawashi geri
--Yoko geri (jodan-chudan-gedan)
--Yoko geri kekomi
--Yoko geri keage
--Ushiro geri (jodan-chudan)
--Uramawashi geri
--Jun geri (jodan-chudan)
--Kin geri/Koe geri
--Kakato geri
--Kaiten geri (gedan-jodan ushiro uramawas
--Mikatsuki geri
--Gyaku mikatsuki geri
--Kizami geri (yoko-mawashi-uramawashi)
--Fumikomi geri (mae-yoko-ushiro)
--Uchi fumikomi geri
--Sokutei osae uke
--Sokuto osae uke
--Ashibo osae uke
--Tobi geri (mae-yoko-mawashi)

---/---

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

KAITEN:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE:

RANDORI:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

SANBON KUMITE:

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan
- Rokudan

RANDORI KATA:

- Ichi no Kata
- Ni noKata
- San no Kata
- Yon no Kata
- Go no Kata
- Roku no Kata

KAITEN RANDORI KATA:

- Ichi no Kata
- Ni no Kata
- San no Kata

SANKU:

- Shodan ---tsuki
- Nidan ---geri
- Sandan ---ashi waza
- kaiten tsuki
- kaiten geri
- uramawashi geri

NININ GAKE:

- Shodan
- Nidan
- Sandan

KUMITE KATA:

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan

RANDORI KUMITE:

- Go no Sen
- Sen no sen

JIJU RANDORI:

JIJU KUMITE:

4.KATA:

- Heiwa Shodan
- Heiwa Nidan
- Heiwa Sandan
- Heiwa Yondan
- Heiwa Godan

- Hiji no Kata
- Shinsei
- Jiin
- Bassai dai
- Annanko
- Matsukaze
- Kosokundai
- Seipa
- Sanchin
- Kururunfa
- Seienchin
- Tensho
- Tajima
- Saifa
- Goiu Yon
- Ten Ryu no Kata

- Heiwa Shodan ---bunkai
- Heiwa Nidan ---bunkai
- Heiwa Sandan ---bunkai
- Heiwa Yondan---bunkai
- Heiwa Godan ---bunkai
- 7 mester kata ---bunkai

6.DAN

Kivárási idő: 6 év
Öv: fekete/piros-fehér

1.KIHON:

DACHI:

- Heisoku dachi
- Musubi dachi
- Heiko dachi
- Shizen dachi
- Shizen-heiko dachi /Yoi dachi
- Zenkutsu dachi
- Shiko dachi
- Neiko-ashi dachi
- Fudo dachi
- Kake dachi
- Sanchin dachi
- Kokutsu dachi
- Uchi-hachiji dachi
- Hangetsu dachi
- Kiba dachi
- Teiji dachi
- Renoji dachi

TSUKI:

- Oi tsuki (jodan-chudan-gedan)
- Gyaku tsuki (jodan-chudan)
- Seryuto/Tate shuto
- Kaiten tsuki
- Ren ski
- Sanbon tsuki
- Mawashi tsuki
- Age tsuki
- Ura tsuki
- Morote tsuki
- Yama tsuki
- Kagi tsuki
- Hasami tsuki
- Tetsui uchi
- Uraken uchi
- Shuto uchi
- Empi uchi (mae-yoko-ushiro-mawashi-
age-otoshi)

UKE:

- Age uke
 - Soto uke
 - Uchi uke
 - Gedan barai
 - Sukui uke
 - Morote uke
 - Juji uke
 - Empi uke
 - Haishu uke
 - Kakiwake uke
 - Uchi ude uke
 - Nagashi uke
 - Otoshi uke
 - Tekubi kake uke
 - Tate shuto uke
 - Kake shuto uke
 - Tsuki uke
 - Shuto uke (jodan-chudan)
 - Shuto gedan barai
 - Tenshin jodan uke
 - Tenshin gedan barai
 - Tenshin chudan uke
- Te osae uke
 - Kakuto uke
 - Keito uke
 - Teisho uke
 - Katate tsukami uke
 - Fumukomi uke (age-ude-
shuto)

GERI:

- Mae geri (jodan-chudan)
- Mae geri kekomi
- Mawashi geri (jodan-chudan-gedan)
- Uchi/Gyaku mawashi geri
- Yoko geri(jodan-chudan-gedan)
- Yoko geri kekomi
- Yoko geri keage
- Ushiro geri (jodan-chudan)
- Uramawashi geri
- Jun geri (jodan-chudan)
- Kin geri/Koe geri
- Kakato geri
- Kaiten geri (gedan-jodan ushiro uramawashi)
- Mikatsuki geri
- Gyaku mikatsuki geri
- Kizami geri (yoko-mawashi-uramawashi)
- Fumikomi geri (mae-yoko-ushiro)
- Uchi fumikomi geri
- Sokutei osae uke
- Sokuto osae uke
- Ashibo osae uke
- Tobi geri (mae-yoko-mawashi)

2.KOMBINÁCIÓ:

BÁZIS:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

KAITEN:

- 1. Ichiban
- 2. Niban
- 3. Sanban
- 4. Yonban
- 5. Goban
- 6. Rokuban
- 7. Nanaban
- 8. Hachiban
- 9. Kyuban
- 10. Juban
- 11. Juichiban

3.KUMITE:

KIHON KUMITE:

RANDORI:

SANBON KUMITE:

- Ichiban
- Niban
- Sanban

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan
- Rokudan

RANDORI KATA:

- Ichi no Kata
- Ni no Kata
- San no Kata
- Yon no Kata
- Go no Kata
- Roku no Kata

KAITEN RANDORI KATA:

- Ichi no Kata
- Ni no Kata
- San no Kata

SANKU:

- Shodan ---tsuki
- Nidan ---geri
- Sandan ---ashi waza
- kaiten tsuki
- kaiten geri
- uramawashi geri

NININ GAKE:

- Shodan
- Nidan
- Sandan

KUMITE KATA:

- Shodan
- Nidan
- Sandan
- Yondan
- Godan

RANDORI KUMITE:

- Go no Sen
- Sen no Sen

JIJU RANDORI:

JIJU KUMITE:

4.KATA:

Heiwa Shodan
Heiwa Nidan
Heiwa Sandan
Heiwa Yondan
Heiwa Godan

Hiji no Kata
Shinsei
Sanchin
Bassai Dai
Jiin
Annanko
Seienchin
Tensho
Bassai Sho

Matsukaze
Seipa
Kururunfa
Kosokundai
Tajima
Saifa
Goju Yon
Ten Ryu no Kata

Az összes kata---bunkai

7.DAN

A karate, a harcművészetek megismertetésében, tanításában, dojo vagy szervezet megalapításában, irányításában kiemelkedő munkáért adományozzák.

8.DAN

Nemzetközi szervezet, illetve irányzat, harcművészeti iskola vezetőjét illeti.
