



1. KYU

IZPITNI PROGRAM

POGOJI OPRAVLJANJA IZPITA

Reden obisk treningov	2x tedensko v odrasli skupini
Minimalno število vseh opravljenih seminarjev	10

TEHNIKE

SUWARI WAZA

SHOMEN UCHI

5 Ikkyo	<i>Omote, ura</i>
4 Nikyo	<i>Omote, ura</i>
3 Sankyo	<i>Omote, ura</i>
1 Yonkyo	<i>Omote, ura</i>
2 Gokyo	
5 Iriminage	<i>Omote, ura</i>
1 Sotokaitennage	
1 Kotegaeshi	

KATA DORI

5 Ikkyo	<i>Omote, ura</i>
4 Nikyo	<i>Ura</i>
5 Iriminage	

RYOKATA DORI

2 Ikkyo
2 Nikyo ura
1 Kokyunage





HANMI HANDACHI WAZA

GYAKUHANMI KATATE DORI

3 Ikkyo

1 Nikyo

2 Shihonage

Omote, ura

2 Iriminage

3 Sotokaitennage

1 Uchikaitennage

1 Kokyunage

TACHI WAZA

AIHANMI KATATE DORI

6 Ikkyo

Omote, ura

5 Nikyo

Ura

6 Iriminage

6 Kokyunage

5 Kotegaeshi

6 Udekimenage

3 Shihonage

Omote, ura

3 Uchikaitennage

SHOMEN UCHI

4 Ikkyo

Omote, ura

4 Nikyo

Omote, ura

4 Sankyo

Omote, ura

1 Yonkyo

Omote, ura

2 Gokyo

5 Iriminage

Omote, ura

4 Kokyunage

3 Uchikaitensankyo

3 Kotegaeshi

3 Udekimenage

3 Shihonage

2 Nanamenage

2 Koshinage





GYAKUHANMI KATATE DORI

6 Ikkyo	<i>Omote, ura</i>
5 Nikkyo	<i>Ura</i>
2 Sankyo	
6 Iriminage	
6 Udekimenage	
5 Shihonage	<i>Omote, ura</i>
6 Kokyunage	
3 Sotokaitennage	

JODAN TSUKI

3 Ikkyo
2 Nikyo ura
3 Shihonage
3 Ushirokiritoshi
2 Kotegaeshi
2 Kokyunage

CHUDAN TSUKI

1 Jiyuwaza	<i>Najmanj 4 tehnike</i>
------------	--------------------------

RYOTE DORI

3 Ikkyo	
2 Iriminage	
2 Kotegaeshi	
2 Shihonage	
2 Udekimenage	
3 Tenshinage	<i>Omote, ura</i>
3 Koshinage	
3 Kokyunage	

KATATE RYOTE DORI

2 Ikkyo	
1 Nikyo ura	<i>Aihanmi, gyakuhanmi</i>
2 Kotegaeshi	
1 Koshinage	
4 Kokyunage	





KATA DORI MEN UCHI

1 Ikkyo

Omote, ura (jodan, chudan)

1 Nikyo

1 Iriminage

1 Shihonage

1 Kotegaeshi

1 Koshinage

USHIRO WAZA

RYOTE DORI

2 Ikkyo

2 Nikyo

1 Sankyo

2 Iriminage

2 Kotegaeshi

2 Udekimenage

1 Shihonage

3 Kokyunage

KATATE DORI KUBI SHIME

1 Ikkyo

1 Nikyo

1 Sankyo

1 Koshinage

1 Kotegaeshi

1 Udekimenage

1 Shihonage

1 Kokyunage





TANTO DORI

CHUDAN TSUKI

1 Jiyuwaza

Najmanj 4 tehnike

SHOMEN UCHI (GYAKUTE)

1 Gokyo

JO DORI

TSUKI

1 Jiyuwaza

Najmanj 4 tehnike

JO NAGE

RYOTE DORI

1 Jiyuwaza

Najmanj 4 tehnike

RAN DORI

RYOKATA DORI

1 Jiyuwaza

3 napadalci

** ZNANJA PRIKAZANA S SIVKASTIMI OD TENKI BARV SO ZNANJA NIŽJIH STOPENJ, KI PA JIH MORA TUDI ČLAN OBLADATI ZA OPRAVLJANJE IZPITA ZA 1. KYU.*

