



TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU SHOTOKAN DAN SINAV SORULARI

5.DAN

KİHON:

1) (Z.D./ Kizami Zuki - (Z.D./ Oi Zuki- Mae Geri – Jun Zuki- Sagaru (Geriye) Gedan Barai- Gyaku Zuki - (Z.D./ Oi Uraken Uchi - Gyaku Zuki.

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 kez);

2) - (Z.D./ Age Uke - Gyaku Zuki - (Z.D./ Uchi Uke – Kizami Zuki - Gyaku Zuki - (Z.D./ Soto Uke Gyaku Zuki- K.D./ Shuto Uke - Kizami Mae Geri - Tate Nukite.

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (1 kez);

3) - (Z.D./ Mae Geri - (Z.D./ Yoko Geri Kekomi – (Z.D./ Mawashi Geri – (Z.D./ Ushiro Geri- Uraken Uchi – Gyaku Zuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (1 kez);

4) - (Z.D./ Yoko Geri Kekomi - KD. (Yoshi Ashi) -Yoko Geri Keage - (Z.D./ Mawashi Geri - Sagaru (Geriye) Soto Uke – Kb.D./ Yoko Empi Uchi – Uraken Uchi – (Z.D./ Gyaku Zuki - (Z.D./ Oi Gyaku Zuki. Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 kez);

5)- SHIHO EMPİ UCHI

6)- SHIHO TATE SHOTO - MAE GERİ- GYAKU ZUKİ

Uygulama şekli: HACHIJI DACHI'den HİDARİ - MİGİ olarak (1 kez)

KATA:

TÜM SÜPER Katalarından birini aday seçer ve uygular.

HANGETSU, JIN, JITTE, CHINTE, SOCHIN, NIJU SHIHO, MEIKYO
Katalarından ikisini imtihan komisyonu sorar.

KUMİTE:

SANBON KUMİTE (Oi Zuki Jodan – Oi Zuki Chudan – Mae Geri)

KİHON İPPON KUMİTE (Oi Zuki Jodan – Oi Zuki Chudan – Mae Geri –Yoko Geri Kekomi-
Mawashi Geri- Ushiro Geri)

JİYU İPPON KUMİTE (Oi Zuki Jodan – Oi Zuki Chudan – Mae Geri –Yoko Geri Kekomi-
Mawashi Geri- Ushiro Geri) Serbest Blok ve Atak.

JİYU KUMİTE (45 Yaş üstü muafır)

KULLANILAN KISALTMALAR:

HJ.D. (Hachiji dachi); **Z.D.**(Zenkutsu dachi); **K.D.**(Kokutsu dachi); **Kb.D.**(Kiba dachi);
F.D.(Fudo dachi) ; **Hk.D.**(Heiko dachi)

(Her bir üst kuşak aşaması geride kalan alt seviye testlerinde sorumludur..!)