



TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU SHOTOKAN DAN SINAV SORULARI

4.DAN

KIHON:

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

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

2)-(Z.D./ Oi Zuki - Gyaku Zuki - Sagaru (Geriye) (Z.D./ Gyaku Gedan Barai - Kizami Zuki - (Z.D./ Yoko Geri Kekomi - (Z.D./ Ushiro Geri – Gyaku Zuki

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

3)-(Z.D./ Soto Uke-(Kb.D./ Yoko Empi Uchi – (Z.D./ Gyaku Mawashi Empi - Kizami Age Empi Uchi – K.D./ Shuto Uke –Tate Nukite- Shuto Uchi- Haito Uchi.

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

4)-(Z.D./ Kizami Zuki - (Z.D./ Sanbon Zuki - (Z.D./ Mae geri - Oi Gyaku Zuki - (Z.D./ Uchi Uke (Olduğu yerde) - Sagaru (Geriye) (F.D./ Age Uke - Soto Uke - Gedan Barai - Sagaru (Geriye) K.D.Gedan Nagashi Uke Sagaru (Geriye) - N.A.D./ Gyaku Uchi Uke - (Z.D./ Kizami Age Empi Uchi - (Kb.D./ (Ayak değiştirerek) Yoko Empi Uchi – Gyaku Zuki. Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 kez);

5)- SHIHO MAE GERİ- GYAKU ZUKİ Z.D./ HİDARİ - MİGİ olarak (1 kez)

6)- SHIHO SHUTO UKE-KİZAMI MAE GERİ- TATE NUKİTE

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

KATA:

JITTE, CHINTE, HANGETSU, TEKKİ NİDAN, JIN, GOJU SHIHO SHO, GANGAKU ve SOCHIN katarlarından birini kursiyer seçer ve uygular.

JION, KANKU-DAİ, EMPİ, BASSAI DAİ , KANKU SHO, BASSAI SHO,
Katarından ikisini imtihan komisyonu sorar..

KUMİTE:

KIHON 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)

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..!)