

EXAMENEISEN HALF GEEL BAND

Kihon (op de plek)

- Oi tsuki jodan
- Oi tsuki chudan
- Age uke
- Uchi uke
- Soto uke

Kata (op tel)

- Heian shodan (t/m de eerste kiai)

Jiyu Kumite

Handschoenen en bitje verplicht. Met twee tallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

- Kisame Tsuki: stoten met de voorste hand (Jodan)
- Gyaku Tsuki: stoten met de achterste hand (Chudan)
- Meerdere rondes sparren

Extra activiteit

Je moet de dojo regels van Karate Team Utrecht uit je hoofd weten. Hier worden vragen over gesteld tijdens het examen. Bekijk ze hier: <https://tinyurl.com/3fjnmmdv>

Ook moet je je eigen karate band kunnen knopen.

