

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN DAN SINAV SORULARI
1.DAN

KİHON İDO) TEMEL TEKNİKLER

1) Sanchin-Dachide:

Kendi hazırladığı 10 el tekniğini isimlerini söyleyerek 10 kez tekrar eder.

Ido Geiko :

1. Başlangıç Zenkutsu dachi –Gedan barai : Oi-tsuki chudan (Sagari)
2. Başlangıç Zenkutsu dachi –Gedan barai : Oi-tsuki jodan-Oi-tsuki chudan (Sagari)
3. Başlangıç Kumite No Kamete : Jodan Mawashi Geri- Ushiro Mawashi Geri – Jodan Mae Geri – Jodan Mawashi Geri – Ushiro Mawashi Geri
4. Başlangıç Zenkutsu Dachi Gedan Barai Gyaku Tsuki : Tek adımda 45 dereceye Mae Geri – aynı ayakla ters tarafa 45 dereceye Yoko Geri –Uraken Gyaku Tsuki (Mawette Zenkutsu Dachi Gedan Barai Gyaku Tsuki
5. Başlangıç 90 derece Kiba Dachi Kamete : Mae Kosa Yoko Geri Ushiro Geri (2 Tekrar Mawette 90 derece Kiba Dachi Kamete)
6. Başlangıç 90 derece Kiba Dachi Kamete : 1.Mae Kosa Yoko Geri 2.Ushiro Kosa Yoko Geri (Mawette 90 derece Kiba Dachi Kamete)

KATA:

ADAY : Tsuki no kata -Yansu –Gekisai Dai katarlarından bir tanesini aday seçer.

ADAY : Bir Pinan kata ve urası aday seçer ve çizer.

Zorunlu Kata: Saiha

KUMİTE:

YAKUSOKU KUMİTE :

Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai- ileri 3 Adım jodan Tsuki

Uke: Geri adımlayarak 3 Jodan Uke- Jodan Gyaku Tsuki (Kiai)

İppon Kumite:

Tori : Jyuji Gedan Barai – Mae Geri

Uke : Gedan Barai –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

Jiyu Kumite: Serbest kumite

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN DAN SINAV SORULARI
2.DAN

KİHON İDO) TEMEL TEKNİKLER

- 2) Sanchin-Dachide:
Kendi hazırladığı 10 el tekniğini isimlerini söyleyerek 10 kez tekrar eder.

Ido Geiko :

1. Başlangıç Kumite No Kamete : Jodan Mawashi Geri- Ushiro Mawashi Geri – Jodan Mae Geri – Jodan Mawashi Geri – Ushiro Mawashi Geri
2. Başlangıç Zenkutsu Dachı Gedan Barai Gyaku Tsuki : Tek adımda 45 dereceye Mae Geri – aynı ayakla ters tarafa 45 dereceye Yoko Geri –Uraken Gyaku Tsuki (Mawette Zenkutsu Dachı Gedan Barai Gyaku Tsuki
3. Başlangıç 90 derece Kiba Dachı Kamete : Mae Kosa Yoko Geri Ushiro Geri (2 Tekrar Mawette 90 derece Kiba Dachı Kamete)
4. Başlangıç 90 derece Kiba Dachı Kamete : 1.Mae Kosa Yoko Geri 2.Ushiro Kosa Yoko Geri (Mawette 90 derece Kiba Dachı Kamete)
5. Baslangıç Zenkutsu dachi –Kamete : 1.Mae Geri Zenkutsu dachi 2. Mawashi Geri Zenkutsu dachi 3. Yoko Geri Zenkutsu dachi (Mawette Zenkutsu dachi –Kamete)
6. Başlangıç Kokutsu dachi – Chudan Uchi Uke : Chudan Uchi Uke (Mawette Kokutsu dachi – Chudan Uchi Uke)

KATA:

ADAY : Tsuki no kata -Yansu-Saiha –Gekisai Dai katarlarından bir tanesini aday seçer.

ADAY : Bir Pinan kata ve urası aday seçer ve çizer.

Zorunlu Kata: Gekisai sho

KUMİTE:

YAKUSOKU KUMİTE :

Tori : Zenkutsu Dachı Gedan Barai- ileri 3 Adım Chudan Tsuki

Uke: Geri adımlayarak 3 Chudan Soto Mawashi Geri Blok – Yoko Geri((Kiai)

Sanbon Kumite :

Tori: Gedan Barai- Seiken Jodan Tsuki- Seiken Chudan Tsuki- Seiken Gedan Tsuki

Uke : Jodan Uke- Chudan Soto Uke- Gedan Barai- Gyaku Seiken Chudan Tsuki (Kiai)

İppon Kumite:

Tori : Zenkutsu Dachı Gedan Barai – Seiken Jodan Tsuki

Uke : Jodan Uke –Gyaku Sekin Jodan Tsuki(Kiai)-Gyaku Hiji Uchi (Kiai)

Tori : Zenkutsu Dachı Gedan Barai – Seiken Chudan Tsuki

Uke : Chudan Soto Uke –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

Jiyu Kumite: Serbest kumite

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN DAN SINAV SORULARI

3.DAN

KİHON İDO) TEMEL TEKNİKLER

3) Sanchin-Dachide:

Kendi hazırladığı 10 el tekniğini isimlerini söyleyerek 10 kez tekrar eder.

Ido Geiko :

1. Başlangıç 90 derece Kiba Dach Gedan Barai : Kiba Dach Kaiten Tettsui (Mawette 90 derece Kiba Dach Gedan Barai)
2. Başlangıç Zenkutsu dachi –Gedan barai : Kiba Dach Jun Tsuki (Mawette 90 derece Kiba Dach Gedan Barai)
3. Başlangıç Sanchin Dach –Uchi uke Chudan Gyaku Tsuki : Sanchin Dach –Uchi uke Chudan Gyaku Tsuki (5 Tekrar Mawette Sanchin Dach –Uchi uke Chudan Gyaku Tsuki)
4. Başlangıç Kokutsu Dach Shuto Mawashi Uke : Shuto Mawashi Uke (Mawette Kokutsu Dach Shuto Mawashi Uke)
5. Başlangıç Zenkutsu dachi –Gedan barai-Gyaku tsuki : Sambon Tsuki (1.Gyaku-tsuki jodan2. Chudan tsuki 3. Gyaku-tsuki Chudan) (Mawette Gedan bari-Gyaku tsuki)
6. Başlangıç Zenkutsu dachi –Gedan barai-Gyaku tsuki : Gyaku-tsuki chudan (Mawette Gedan bari-Gyaku tsuki)

KATA:

ADAY : Gekisai sho-Garyu-Saiha katarlarından bir tanesini aday seçer.

ADAY : Bir Pinan kata ve urası aday seçer ve çizer.

Zorunlu Kata: Seienchin

KUMİTE:

YAKUSOKU KUMİTE :

Tori : Zenkutsu Dach Jyuji Gedan Barai- ileri 3 Adım Mae Geri

Uke: Geri adımlayarak 3 Gedan Barai- Chudan Gyaku Tsuki (Kiai)

İppon Kumite:

Tori : Zenkutsu Dach Gedan Barai – Seiken Jodan Tsuki

Uke : Jodan Uke – Jodan Mawashi Geri (Kiai)

Jiyu Kumite: Serbest kumite

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN DAN SINAV SORULARI

4.DAN

KİHON İDO) TEMEL TEKNİKLER

4) Sanchin-Dachide:

Kendi hazırladığı 10 el tekniğini isimlerini söyleyerek 10 kez tekrar eder.

Ido Geiko :

1. Başlangıç 45 Derece Kiba Dachı Gedan Barai: 45 Derece Kiba Dachı Gedan Barai (Mawette 45 Derece Kiba Dachı Gedan Barai)
2. Başlangıç : Zenkutsu Dachı Gedan Barai Gyaku Tsuki : Jodan Mawashi Geri Gyaku Tsuki (Mawette Zenkutsu Dachı Gedan Barai Gyaku Tsuki)
3. Başlangıç Zenkutsu dachi –Gedan barai : Tek adımda Zenkutsu Dachı Jodan Uke- Kokutsu Dachı Soto Uke – Kiba Dachı Gedan Barai – Zenkutsu Dachı Uchi Uke (Mawette Zenkutsu dachi –Gedan barai)
4. Başlangıç Zenkutsu Dachı Gedan Barai : Mae Geri Seiken Chudan Oi-Tsuki (Mawette Gedan Barai)
5. Başlangıç Zenkutsu dachi –Gedan Barai : 1. Zenkutsu dachi Jodan Uke 2. Zenkutsu dachi Soto Uke 3. Zenkutsu dachi Uchi Uke (Mawette Zenkutsu dachi –Gedan Barai)

KATA:

ADAY : Gekisai sho-Garyu-Seienchin katarlarından bir tanesini aday seçer.

ADAY : Bir Pinan kata ve urası aday seçer ve çizer.

Zorunlu Kata: Seipai

KUMİTE:

YAKUSOKU KUMİTE :

Tori : Zenkutsu Dachı Jyuji Gedan Barai- ileri 3 Adım Gedan Mawashi

Uke: Geri adımlayarak 3 Uchi Sunu Uke- Jodan Mawashi Geri (Kiai)

İppon Kumite

İppon Kumite:

Tori: Zenkutsu Dachı Gedan Barai Chudan Tsuki

Uke : Uchu uke – Uraken uchi (kiai)

Jiyu Kumite: Serbest kumite

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHIN DAN SINAV SORULARI

5.DAN

KIHON İDO) TEMEL TEKNİKLER

5) Sanchin-Dachide:

Kendi hazırladığı 10 el tekniğini isimlerini söyleyerek 10 kez tekrar eder.

Ido Geiko :

1. Başlangıç Zenkutsu Dachı Gedan Barai : Tek adımda 45 Derece Kiba Dachı Gedan Barai - Zenkutsu Dachı Gyaku Tsuki (Mawette 45 Derece Kiba Dachı Gedan Barai - Zenkutsu Dachı Gyaku Tsuki)
2. Başlangıç Kokutsu Dachı Shuto Mawashi Uke : Kiba Dachı Jun Tsuki Kiba Dachı Kaiten Tettsui (Bir tekrar Mawette Kokutsu Dachı Shuto Mawashi Uke)
3. Başlangıç Zenkutsu Dachı Gedan Barai : Tek adımda Kokutsu Daci Uchi Uke Zenkutsu Dachı'de Chudan Gyaku Tsuki. (Mawette Kokutsu Daci Uchi Uke Zenkutsu Dachı'de Chudan Gyaku Tsuki)
4. Başlangıç Zenkutsu Dachı Gedan Barai : 1. Zenkutsu Dachı'de Jodan Uke Jodan Seiken Gyaku Tsuki 2. Zenkutsu Dachı'de Soto Uke Chudan Seiken Gyaku Tsuki 3. Zenkutsu Dachı'de Uchi Uke Chudan Seiken Gyaku Tsuki (Mawette Zenkutsu Dachı'de Gedan Barai Gedan Seiken Gyaku Tsuki)

KATA:

ADAY : Sepai-Garyu-Seienchin katarlarından bir tanesini aday seçer.

ADAY : Bir Pinan kata ve urası aday seçer ve çizer.

Zorunlu Kata: Kanku

KUMİTE:

YAKUSOKU KUMİTE :

Tori : Zenkutsu Dachı Gedan Barai- ileri 3 Adım jodan Tsuki

Uke: Geri adımlayarak 3 Shuto Jodan Uke- Jodan Mawashi Geri (Kiai)

İppon Kumite:

Tori: Zenkutsu Dachı Jyuji Gedan Barai- Jodan Oi-Tsuki

Uke : Jodan Uke- Gyaku kake uke – Hiza Geri (kiai)

Jiyu Kumite: Serbest kumite

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN DAN SINAV SORULARI
6.DAN

(KIHON İDO) TEMEL TEKNİKLER

6) Sanchin-Dachide:

Kendi hazırladığı 10 el tekniğini isimlerini söyleyerek 10 kez tekrar eder.

Ido Geiko :

1. Başlangıç Kokutsu Dachı Shuto Mawashi Uke : Oi-Mae Geri Kokutsu Dachı'de Shuto Mawashi Uke – Morote Tsuki (Sagari)
2. Başlangıç Kokutsu Dachı'de Shuto Mawashi Uke : Kokutsu Dachı'de Shuto Mawashi Uke –Morote Tsuki (Mawette Kokutsu Dachı'de Shuto Mawashi Uke –Morote Tsuki)
3. Başlangıç Zenkutsu Dachı Gedan Barai Gedan Tsuki : 1. Adım Zenkutsu Dachı'de Jodan Uke Jodan Tsuki 2. Adım Zenkutsu Dachı'de Soto Uke Chudan Tsuki 3. Adım Kokutsu Dachı'de Uchi Uke Chudan Tsuki (Mawette Kiba Dachı'de Gedan barai Gedan Tsuki)
4. Başlangıç Zenkutsu Dachı Gedan Barai : 45 Derece Kiba Dachı'de Hiji Uchi (Mawette 45 Derece Kiba Dachı'de Gedan Barai)

KATA:

ADAY : Sepai-Garyu-Kanku katarından bir tanesini aday seçer.

ADAY : Bir Pinan kata ve urası aday seçer ve çizer.

Zorunlu Kata: Sushiho

KUMİTE:

YAKUSOKU KUMİTE :

Tori : Zenkutsu Dachı Gedan Barai- ileri 3 Adım Chudan Tsuki

Uke: Geri adımlayarak 3 Uchi Mawashi Uke- Jodan Gyaku Tsuki (Kiai)

İppon Kumite:

Tori : Zenkutsu Dachı Gedan Barai – Oi-Tsuki

Uke : Soto uke- gyaku jodan tata tsuki –soto uke

Jiyu Kumite: Serbest kumite