

SKÚŠOBNÝ PORIADOK 1993

Skúšobný poriadok karate Slovenského zväzu karate

Všeobecná časť

1. Všeobecné ustanovenia

Stupne technickej vyspelosti v karate vyjadrujú súbor pohybových zručností zvládnutých cvičencom s ohľadom na ich technické prevedenie a funkčnosť bojovej aplikácie, jeho prínos pre rozvoj karate, ako športového odvetvia, bojového umenia, pochopenie základných filozofických princípov, z ktorých karate čerpá, znalostí jeho vývoja a histórie, ale i morálnych vlastností cvičenca.

Stupne technickej vyspelosti rozdeľujeme na :

a,) žiacke stupne kyu

b,) majstrovské stupne DAN

2. Udeľovanie stupňov technickej vyspelosti

Stupne technickej vyspelosti majú právo udeľovať :

a) skúšobný komisár SZKaIBU, alebo

b) komisia zložená z najmenej 3 skúšobných komisárov SZKaIBU

3. Skúšobní komisári

- a) sú menovaní príslušnými orgánmi karate na obdobie jedného kalendárneho roku

- b) sú menovaní z radov najvyspelejších karatistov, ktorí spĺňajú kritériá technickej vyspelosti, teoretických znalostí, morálnych vlastností a veku minimálne 18 rokov

- c) evidenciu všetkých skúšobných komisárov vedie Slovenský zväz karate a iných bojových umení.

Kritériá pre rozdelenie skúšobných komisárov do tried :

Trieda

STV

Trénerska kvalif.

Kompetentný skúšať

I.

3. Dan

2. trieda

8. – 3. kyu samostatne

2. – 1. kyu a Dan v komisii

II.

2. Dan

3. trieda

8. – 3. kyu samostatne

2. – 1. kyu v komisii

III.

1. Dan

3. trieda

8. – 3. kyu samostatne

4. Menovanie skúšobných komisárov a komisií

a) Skúšobných komisárov I. triedy schvaľuje Parlament Slovenského zväzu karate.

b) Skúšobných komisárov II. triedy a III. triedy menujú regionálne zväzové orgány karate, alebo výkonný výbor SZKaIBU.

c) Skúšobné komisie na STV Dan menuje výkonný výbor SZKaIBU.

d) Skúšobné komisie na STV 2.-1. kyu menujú regionálne zväzové orgány karate, alebo výkonný výbor SZKaIBU.

e) Predsedu a členov skúšobných komisií menuje príslušný zväzový orgán karate.

f) Skúšobné komisie sú menované na každé skúšky osobitne.

g) Pôsobnosť skúšobných komisárov :

I. triedy

vo všetkých kluboch a orgánoch Slovenského zväzu karate

II. a III. triedy

V kluboch karate za splnenia podmienok regionálnych zväzov

h) Menovanie skúšobných komisárov orgánmi zväzu karate k 1. januáru roka a nadobúda platnosť dňom zaplatenia licenčného poplatku.

i) Výšku ročného licenčného poplatku skúšobného komisára stanovuje SZKaIBU a platí pre skúšobných komisárov všetkých tried. Platba licenčného poplatku sa zasiela :

I. triedy

Na účet Slovenského zväzu karate a IBU

II. a III. triedy

Na účet regionálnych zväzov karate

j) V prípade porušenia ustanovení skúšobného poriadku, etiky a etikety karate ako i zákonných noriem občana SR môže byť do doby prerokovania VV SZKaIBU skúšobnému komisárovi pozastavená činnosť. Pozastavenie činnosti skúšobnému komisárovi písomne oznámi predseda VV SZKaIBU na návrh komisie skúšobných komisárov.

5. Práva skúšobného komisára

a) Úhrada cestovných nákladov a odmeny za vykonanie skúšok (upresňuje smernica SZKaIBU)

b) Skúšobný komisár musí byť včas oboznámený s termínom a miestom konania skúšok najneskôr 14 dní vopred. V prípade vážnych dôvodov sa musí včas ospravedlniť a umožniť nominovať náhradníka.

c) Skúšobný komisár vyššej triedy má všetky práva skúšobného komisára nižšej triedy.

6. Povinnosti skúšobného komisára

a) Zodpovedne a čestne vykonávať svoju funkciu.

b) Vykonávať skúšky podľa skúšobného poriadku.

c) Skúšať môže frontálne (naraz) maximálne 10 cvičencov.

d) Objektívne hodnotiť predvedené schopnosti a zručnosti cvičencov.

e) Oznámiť výsledok skúšky skúšanému a zaevidovať ho v jeho preukaze karate SZKaIBU.

f) Vyžadovať od skúšaných cvičencov dodržiavanie etiky a etikety karate.

g) viesť evidenciu výsledkov skúšky v príslušnom formulári.

h) Zodpovedný za dodržiavanie čakacích lehôt na jednotlivé STV a všetkých organizačných náležitostí skúšky.

i) Oznámiť skúšanému príčinu neúspechu skúšky.

7. Čakacie lehoty a podmienky na STV kyu a Dan

STV : kyu, Dan

minimálna čakacia doba

8. kyu 4 mesiace

7. kyu 4 mesiace

6. kyu 4 mesiace

5. kyu 5 mesiacov

4. kyu 5 mesiacov

3. kyu 5 mesiacov

2. kyu 6 mesiacov

1. kyu 6 mesiacov

1. Dan 12 mesiacov

2.-7. Dan : (vek minimálne 18 rokov) po 2 roky + ďalšie kritériá

Pri mimoriadnej vyspelosti skúšaného je možné udeliť STV o dva stupne vyšší. Táto zásada platí len do STV 5. kyu.

Ďalšie kritériá pre udelenie majstrovských stupňov :

na 2. Dan : splnenie 2 podmienok z bodov A až Z

na 3. Dan : splnenie 2 podmienok z bodov B až Z

na 4. Dan : splnenie 4 podmienok z bodov F až Z

na 5. Dan : splnenie 5 podmienok z bodov F až Z

na 6. Dan : splnenie 6 podmienok z bodov F až Z

na 7. Dan : splnenie 7 podmienok z bodov F až Z

PODMIENKY pre udelenie STV Dan (vyžadujúca sa aktivita v posledných dvoch rokoch) :

A

L/2

R/3

Z/xy

B

L/1

T/D

F/1

R/M

T/1

F/2

R/1

T/2

F/3

R/2

T/3

A : aktívny pretekár karate

B : aktívny pretekár karate – medailista (M-SR, SPJ, alebo významné medzinárodné turnaje)

F : vykonávanie funkcie F/3 – v klube karate

F/2 – v regionálnom orgáne zväzu

F/1 – v Slovenskom zväze karate a IBU

L : lektor L/2 – v regionálnych orgánoch

L/1 – v Slovenskom zväze karate a IBU

R : rozhodca R/M – medzinárodný rozhodca

R/1 – rozhodca I. triedy

R/2 – rozhodca II. triedy

R/3 – rozhodca III. triedy

T : tréner T/D – diplomovaný tréner

T/1 – tréner I. triedy

T/2 – tréner II. triedy

T/3 – tréner III. triedy

Z : ďalšie okolnosti ovplyvňujúce udelenie STV Dan uznané skúšobnou komisiou SZKaIBU,

napr. : - tréner medailistu z M-SR, medzin. turnaja

- vykonávanie funkcie v medzinárodných orgánoch karate

- významný podiel na organizácii súťaží a iných akcií karate

Výnimočné udelenie vyššieho STV Dan (bez skúšok) za splnenia podmienok (schvaľuje Výkonný výbor SZKaIBU) :

1. Pretekárovi a jeho trénerovi za zisk medaile na MS, ME, SP (maximálne po 5. Dan).
2. Reprezentačným trénerom za dosahovanie vynikajúcich športových výsledkov reprezentácie na MS, ME, SP (maximálne po 6. Dan).
3. Čestné udelenie STV Dan za prínos pre Slovenské hnutie karate (maximálne po 7. Dan).

Udelenie 8.-10. Danu je podmienené účasťou v medzinárodných orgánoch karate EUK a FMK.

Výnimočné udelenie Dan nie je nárokovateľné.

8. Označenie STV kyu a Dan v smere GODŽU-RYU

8. kyu biely opasok so žltým pruhom na oboch koncoch

7. kyu žltý opasok

6. kyu žltý opasok s oranžovým pruhom na oboch koncoch

5. kyu oranžový opasok

4. kyu zelený opasok

3. kyu modrý opasok

2. kyu hnedý opasok

1. kyu hnedý opasok

1.-9. Dan čierny opasok

10. Dan červený opasok

Pri STV 8. a 6. kyu sú pruhy na opasku 3cm široké, umiestnené 3 cm od konca opasku

9. Organizácia skúšok

a) Skúšky STV organizuje príslušný orgán karate, termín skúšky musí byť oznámený 14 dní vopred.

b) Slovenský zväz karate zabezpečuje v prípade požiadavky a dostatočného počtu kandidátov skúšky na všetky STV.

c) Organizátor je povinný zabezpečiť takých skúšobných komisárov, ktorí spĺňajú podmienky stanovené týmto skúšobným poriadkom.

- d) Cvičenec sa zúčastňuje skúšok po uplynutí príslušnej čakacej doby.

- e) Ak sa cvičenec zúčastnil skúšok STV v zahraničí, oprávnenosť výsledku skúšky v prípade STV Dan posúdi Parlament Slovenského zväzu karate, STV kyu orgán regionálneho zväzu karate, alebo výkonný výbor SZKaIBU.

- f) Vykonať skúšku na území Slovenska môže hociktorý cudzí štátny príslušník s úľavami splnenia podmienok na STV Dan, ktoré posúdi skúšobná komisia VV SZKaIBU.

- g) Skúška nadobúda platnosť schválením príslušného orgánu zväzu.

- h) V prípade pochybností o právoplatnosti skúšok, môže byť výsledok skúšky anulovaný príslušným orgánom zväzu.

10. Priebeh skúšky

- a) Priebeh skúšky riadi skúšobný komisár, alebo predseda skúšobnej komisie.

- b) Každá skúška začína a končí spoločným ceremoniálom.

- c) Každý cvičenec musí mať v preukaze SZKaIBU (WUKO-FMK) platné potvrdenie o zdravotnom stave, nie staršie ako jeden rok.

- d) Cvičenci sa zúčastňujú skúšok v karate-gi, ktoré vyhovuje všetkým zásadám etikety v karate, s označením príslušného STV.

- e) Priebeh skúšky musí byť dôstojný a výsledok musí byť adekvátny predvedeným znalostiam a schopnostiam.

- f) V kompetencii skúšobného komisára je rozhodnúť o prítomnosti osôb, ktoré nie sú skúšané v skúšobnej miestnosti.

11. Skúšobné poplatky

Skúšobné poplatky sú výhradným majetkom organizátora skúšok. Výšku skúšobného poplatku schvaľuje Výkonný výbor SZK, alebo organizátor skúšok (regionálny zväz, klub). Organizátor je povinný uhradiť skúšobnému komisárovi odmenu a cestovné náklady (cesta, stravné, ubytovanie atď.)

12. Evidencia výsledku skúšky

Ak cvičenec absolvuje skúšku úspešne, skúšobný komisár zaeviduje získaný STV do preukazu karate. Zároveň môže príslušný orgán vydať cvičencovi osvedčenie (diplom, certifikát) o tom, že je nositeľom príslušného STV. Za vydanie osvedčenia si môže príslušný orgán karate určiť manipulačný poplatok. Priebeh skúšky je povinný skúšobný komisár zaevidovať do príslušného protokolu orgánu karate.

Evidencia protokolov o vykonaní skúšok :

- a) skúšky STV Dan : eviduje Slovenský zväz karate (VV SZKaIBU)
- b) skúšky STV kyu : eviduje regionálny orgán zväzu podľa svojich podmienok

13. Pôsobnosť skúšobného poriadku

Udelené STV sú platné na pôde všetkých členských krajín EKU a FMK (WUKO) a ostatných zväzov a federácií vzájomne si uznávajúcich udelené STV.

Všeobecnú časť Skúšobného poriadku schválil Parlament SZKaIBU 9/1993 a jeho doplnkov 1/1994.

Technická časť

Technická časť skúšobného poriadku určuje rozsah znalostí vyžadovaných na jednotlivé STV / stupne technickej vyspelosti / kyu a Dan /. Skúšobný komisár je oprávnený preveriť cvičenca nie len z vedomostí vyžadovaných na príslušný STV, ale i z náplne akékoľvek predchádzajúceho STV.

Ďalej môže skúšobný komisár určiť upresňujúce techniky, aplikácie a akcie, ktoré umožnia komplexne zhodnotiť jeho predvedený výkon. Upresňujúce techniky, aplikácie a akcie však musia korešpondovať a nárokmi požadovanými na príslušný STV.

Priebeh skúšky :

KIHON / základ, základná technika /

Každú techniku vykonáva cvičenec na povel skúšobného komisára opakovane za sebou a s maximálnou koncentráciou dovedy, dokedy skúšobný komisár nedá povel na ukončenie cvičenia.

KIHON IDO / cvičenie základnej techniky v pohybe /

Každú techniku resp. kombináciu vykonáva cvičenec opakovane za sebou v jednom smere 5-krát. Poslednú zakončí s kiai. Po piatej technike vykoná mavate / obrat / a pokračuje 5-krát do východzieho postavenia.

KUMITE / cvičenie so súperom /

Každú útočnú a obrannú techniku a kombináciu cvičenci vykonávajú 5-krát.

Vysvetlenie skratiek : HD..... heiko dači

UHD..... uči hačidži dači

SHD..... šiko dači

ZAD..... zuri aši dači

ZD..... zenkucu dači

BP..... bojový postoj

NAD..... neko aši dači

SD..... sančin dači

Slovník terminológie :

aši sabaki - premiestňovanie

ayumi aši - pohyb / premiestňovanie / so striedaním polohy nôh

suri aši - posun bez zmeny postavenia nôh

Pohyb začína predná noha / predĺženie postoja / a potom sa pritiahne zadná noha / skrátenie postoja / do východzieho postoja.

Napr. z BP prednou nohou do ZD, potom rýchlo pritiahnuť zadnú nohu opäť do BP.

cugi aši - posun bez zmeny postavenia nôh

Pohyb začína zadná noha /skrátenie postoja / a potom vykročí predná noha / predĺženie postoja/

do východzieho postoja.

postavenie nôh v postoji – predná noha OKURI / pri kizami /

zadná noha HINERI / pri gyaku /

okuri geri - kop prednou nohou po predchádzajúcom prísune zadnej nohy do ZAD

smery pohybu : MAE - vpred

YOKO - doboku

UŠIRO - vzad

8. kyu

KIHON

1. UHD, seiken čoku cuki
2. UHD, šomen, yokomen uraken uči
3. UHD, džodan uke, uči uke, soto uke, gedan barai
4. HD, mae geri

KIHON IDO

1. ayumi aši / chōdza vpred / v SD s gyaku cuki
1. ayumi aši v ZD s oi cuki
2. ayumi aši v BP a v NAD
3. ayumi aši v ZD s mae geri
4. HD, tai sabaki

a/ cvičenec začína pohyb pravou nohou pri premiestňovaní v pravo, ľavou nohou pri premiestňovaní vľavo, rozšíri postoj do dvojnásobnej šírky, potom pritiahne opačnú nohu do HD / posun suri aši /

b/ cvičenec začína pohyb ľavou nohou pri premiestňovaní v pravo, pravou nohou pri premiestňovaní vľavo, cvičenec prisunie do heisoku dači , potom vykročiť druhou nohou do HD / presun cugi aši /

5. HD, tai hiraki

KUMITE

1. Útočník: UHD, džodan cuki

Obranca: UHD, džodan uke

2. Útočník: UHD, čudan cuki

Obranca: UHD, soto uke, uči uke

KATA

TAIKYOKU DŽODAN I.

TAIKYOKU ČUDAN I.

7. kyu

KIHON

1. UHD, game šuto uči

- druhú ruku cvičenec priťahuje pred plexus solaris

UHD, yokomen šuto uči

- druhú ruku cvičenec priťahuje otvorenú do hiki te

2. UHD, kake uke

3. SHD, šita / ura / cuki

4. SHD, sayu uraken uči

5. SHD, harai otoši uke
6. ZD, gyaku cuki
7. HD, mavaši geri
8. HD, gedan sokuto geri

KIHON IDO

1. ayumi aši v ZD s gyaku cuki
2. ayumi aši v ZD s aši barai
3. ayumi aši uširo / vzad / v ZD s gedan barai a gyaku cuki
4. suri aši v BP a v NAD
5. cugi aši v BP
6. tai sabaki v BP

a/ premiestňovanie suri

- pohyb do boku v postoji s pravou nohou vzadu začína pohyb vľavo ľavá noha, vpravo pravá noha b/
premiestňovanie cugi

- v postoji s pravou nohou vzadu začína pohyb vpravo ľavá noha, vľavo pravá noha

7. tai hiraki v BP

- zadná noha v BP sa presunie do hanko dači / vyššie SHD so skrátenou šírkou o šírku chodidla /

KUMITE

1. Útočník: ZD, oi cuki džodan

Obranca: z HD do ZD s džodan uke a vzápětí gyaku cuki

2. Útočník: ZD, oi cuki čudan

Obranca: z HD do ZD so soto alebo uči uke a vzápětí gyaku cuki

3. Útočník: ZD, mae geri

Obranca: z HD tai hiraki

KATA

TAIKYOKU DŽODAN II.

TAIKYOKU ČUDAN II.

6. kyu

KIHON

1. BP vykročit do ZD s kizami cuki, prednú nohu vrátiť späť do BP
2. BP vykročit do ZD s gyaku cuki, prednú nohu vrátiť späť do BP
3. UHD, nagaši uke

4. UHD, čo uke
5. UHD, age empi uči, mavaši empi uči
6. SHD, otoši empi uči, yoko empi uči
7. ZD, kizami cuki a gyaku cuki / dôraz na prácu bokov /
8. HD, yoko geri gedan

KIHON IDO

Základný súbor kihon ido:

1. v BP do ZD ayumi aši s oi cuki, prednú nohu vrátiť späť do BP
2. z NAD do ZD s vykročením s čudan gyaku cuki, po ukončení úderu prekročiť do opačného NAD, ruky sa vrátia do polohy kamae
3. BP, ayumi aši s čudan mae geri
4. BP, ayumi aši s čudan mavaši geri
5. BP, ayumi aši s yokomen uraken uči
6. BP, mae geri do ZD s oi cuki
7. BP, aši barai do ZD s oi cuki
8. BP, uširo suri aši / vzad / s kake uke

KUMITE

1. Útočník: z BP do ZD s kizami cuki džodan

Obranca: z BP ustúpiť do ZD s džodan uke a protiútok gyaku cuki

Útočník aj obranca sa vrátia do BP s kamae

2. Útočník: z BP do ZD s gyaku cuki čudan

Obranca: z BP ustúpiť do ZD s nagaši uke / blok dopadá na útočiacu ruku z vonka / a gyaku cuki

3. Útočník: z BP mavaši geri čudan

Obranca: z BP so suri aši vpred, zároveň obranca vykonáva čo uke

KATA

TAIKYOKU KAKE UKE I.

TAIKYOKU GEDAN I.

5. kyu

KIHON

1. BP vykročiť do ZD s kizami cuki džodan, gyaku cuki čudan potom prednú nohu vrátiť späť do BP

2. BP vykročiť do ZD s džodan yokomen uraken uči, prednú nohu vrátiť späť do BP

3. UHD, teišo cuki

4. HD, tai sabaki so sukui uke, alebo nagaši uke

5. HD, yoko geri čudan

6. BP, tai sabaki s krytom

- na oi stranu s nagaši alebo sukui uke, na stranu gyaku s kake uke alebo harai otoši uke

- v BP s pravou nohou vzadu pohyb vľavo začína ľavá noha, pohyb v pravo začína pravá noha /
premiestňovanie suri /

KIHON IDO

1. BP, predná noha do ZD s gyaku cuki, zadnú nohu pritiahnuť do BP / BP suri aši gyaku cuki /

2. BP, predná noha do ZD s kizami cuki, zadnú nohu pritiahnuť do BP / BP suri aši kizami cuki /

3. BP, suri aši kizami a gyaku cuki, z BP sa predná noha posunie do ZD, kizami cuki dopadá zároveň s došliapnutím prednej nohy, po vykonaní gyaku cuki pritiahnuť zadnú nohu do BP

4. BP, prekročiť do kosa dači, yoko geri vpred, dokročiť opäť do BP

5. BP, ustupovať so suri aši a džodan uke alebo harai otoši uke, vykročiť prednou nohou do ZD s gyaku cuki, vrátiť prednú nohu do BP s kamae

6. BP, ayumi aši do ZD s kombináciou oi cuki a gyaku cuki, po úderoch stiahnuť prednú nohu do BP

7. NAD, vykročiť prednou nohou do ZD s gyaku cuki džodan, zadnou nohou mae geri, prekročiť do NAD

8. BP, postupovať s mae geri zadnou nohou, po kope dokročiť do ZD s gyaku cuki, prednú nohu stiahnuť do BP s kamae

KUMITE

1. Útočník: BP suri aši s yokomen uraken uči

Obranca: BP ustúpiť so suri aši s mae sori mi / záklon /, vykročiť vpred s gyaku cuki čudan

2. Útočník: BP mavaši geri čudan / džodan /

Obranca: BP, pristúpiť k súperovi so suri aši s krytom čo uke, vykonať náznak aši barai na opornú nohu súpera

3. Útočník: BP, vykročiť so suri aši vpred s kizami cuki

Obranca: BP, suri aši vzad, obranca zároveň vykoná prednou rukou v kamae nagaši uke, potom vykročí so suri aši do ZD a udiera gyaku cuki čudan

4. Útočník: BP, ayumi aši do ZD oi cuki

Obranca: BP, ustúpiť s ayumi aši do opačného BP s nagaši uke, vykročiť prednou nohou do SHD s yoko empi uči

KATA

TAIKYOKU KAKE UKE II.

TAIKYOKU GEDAN II.

4. kyu

KIHON

1. UHD, mavaši uke a yama teišo cuki UHD, teišo cuki

2. UHD, džoge uke
3. HD, čudan uširo geri
4. HD, ura mavaši geri čudan
5. BP, tai sabaki s krytom a úderom

- na stranu oi s nagaši alebo sukui uke, na stranu gyaku s kake uke alebo harai otoši uke, vykročiť prednou nohou do ZD s gyaku cuki

- v BP s pravou nohou vzadu pohyb začína vľavo ľavá noha a naopak / premiestňovanie suri /

KIHON IDO

1. BP, pritiahnúť zadnú nohu do ZAD, vykročiť prednou nohou do ZD s gyaku cuki, prednú nohu vrátiť späť do BP / cugi aši gyaku cuki /
2. BP, pritiahnúť zadnú nohu do ZAD, vykročiť prednou nohou do ZD s kizami cuki, prednú nohu vrátiť späť do BP / cugi aši kizami cuki /
3. BP, pritiahnúť zadnú nohu do ZAD, vykročiť prednou nohou do ZD s yokomen uraken uči, prednú nohu vrátiť späť do BP / cugi aši yokomen uraken uči /
4. BP, pritiahnúť zadnú nohu do ZAD, vykročiť prednou nohou do ZD s kizami a gyaku cuki, prednú nohu vrátiť späť do BP / cugi aši kizami a gyaku cuki /
5. BP, pritiahnúť zadnú nohu do ZAD, prednou mae geri a vykročiť do BP / cugi aši mae geri /
6. BP, pritiahnúť zadnú nohu do ZAD, prednou mavaši geri a vykročiť do BP / cugi aši mavaši geri /
7. BP, postupovať zadnou / hineri / nohou ura mavaši geri čudan

8. BP, postupovať zadnou / hineri / nohou yoko geri
9. BP, prekročiť do kosa dači, yoko geri , vykročiť v suri aši s yokomen uraken uči , BP
10. NAD, vykročiť prednou nohou do ZD s kizami a gyaku cuki, mae geri, prekročiť do NAD
11. BP, aši barai, vykročiť podrážajúcou nohou do ZD s oi cuki a gyaku cuki, pritiahnúť prednú nohu do BP

KUMITE

1. Útočník: BP, suri aši s kizami cuki džodan

Obranca: BP, tai sabaki s kake uke, blok dopadá z vonku na útočiacu ruku, prednou nohou vykročiť do ZD s gyaku cuki

2. Útočník: BP, suri aši s gyaku cuki čudan

Obranca: BP, tai sabaki nagaši uke, blok dopadá z vonku na útočiacu ruku, prednou nohou vykročiť do ZD s gyaku cuki

3. Útočník: BP, mae geri alebo yoko geri zadnou nohou

Obranca: BP, tai sabaki s harai otoši uke , blok dopadá na útočiacu nohu zvonka, vykročiť prednou nohou do ZD s gyaku cuki

KATA

TAIKYOKU MAVAŠI UKE I.

GEKI SAI DAI I.

3. kyu

KIHON

1. BP, prednou nohou mavaši geri
2. BP, prednou nohou yoko geri
3. BP, prednou nohou ura mavaši geri

Techniky vykonáva cvičenec bez prisunutia zadnej nohy v postoji

4. UHD, furi uči
5. UHD, kagi cuki
6. UHD, kakuto uke, teišo uke oboma rukami
7. BP, vykročiť prednou nohou do ZD s haito uči, vrátiť prednú nohu do BP
8. NAD, kansetsu geri

KIHON IDO

1. BP, suri aši kizami do BP, suri aši gyaku cuki do ZD
2. BP, cugi aši mae geri / okuri mae geri /, vykročiť do ZD s gyaku cuki, vrátiť nohu do BP
3. BP, cugi aši mavaši geri / okuri mavaši geri /, vykročiť do ZD s gyaku cuki, vrátiť nohu do BP

4. BP, suri aši gyaku cuki, cugi aši džodan mavaši geri / okuri džodan mavaši geri /, prednú nohu vrátiť do BP

5. BP, hineri nohou ura mavaši geri čudan, vykročiť kopajúcou nohou do ZD s gyaku cuki

6. BP, hineri nohou mavaši geri čudan, vykročiť kopajúcou nohou do ZD s gyaku cuki džodan

7. BP, mavaši / kubi / geri džodan zadnou / hineri / nohou, dokročiť so suri aši do BP s yokomen uraken uči

BP, postupovať s aši barai zadnou nohou / ayumi aši /, dokročiť podrážajúcou nohou za druhú do ZAD, výkrok druhou nohou do ZD s čudan gyaku cuki, vrátiť do BP

KUMITE

1. Útočník: BP, vykročiť prednou nohou do ZD s gyaku cuki alebo kizami cuki čudan

Obranca: BP, blok nagaši uke dopadá na útočnickove predlaktie zvonku, zároveň prednou nohou aši barai zvnútra na prednú nohu útočníka, potom gyaku cuki čudan

2. Útočník: BP, mae geri

Obranca: BP, tai sabaki / pohyb začína predná noha / so sukui uke gyaku rukou, zároveň oi ruka uchopí útočníka za karate gi na prsiach, prikročí s cugi aši, prednou nohou náznak aši barai na útočnickovu opornú nohu

3. Útočník: BP, mavaši geri zadnou / hineri / nohou

Obranca: BP, čo uke, náznak aši barai zadnou nohou

KATA

GEKI SAI DAI II.

SANČIN

2. kyu

KIHON

1. BP, nagaši cuki
2. NAD, prednou nohou mae geri čudan a kansetsu geri / nohu medzi kopami neklást na zem /
3. BP, prednou nohou kombinácia mavaši geri a yoko geri / nohu medzi kopami naklást na zem, zadná noha v postoji zostáva v pôvodnom postavení /

KIHON IDO

1. BP, výkrok do ZD s džodan gyaku cuki, potom pritiahnúť zadnú nohu do ZAD a zároveň s týmto pohybom džodan kizami cuki druhou rukou, potom vykročiť opäť prednou nohou do ZD súčasne s džodan / čudan / gyaku cuki, po údere sa predná noha vráti do BP
2. NAD, vykročiť prednou nohou do ZD s čudan gyaku cuki, mae geri čudan hineri nohou, vykročiť kopajúcou nohou do ZD s gyaku cuki, vrátiť prednú nohu späť do NAD
3. BP, prednou nohou vykročiť do ZD s gyaku cuki, ura mavaši geri džodan, BP
4. BP, aši barai, dokročiť otočený o 180 st. do ZAD / chrbtom k smeru pohybu /, druhou nohou uširo geri čudan, dokročiť opäť otočený vpred do BP
5. BP, postupovať s uširo mavaši geri džodan
6. BP, prekročiť do kosa dači, yoko geri, vykročiť kopajúcou nohou do ZD s čudan gyaku cuki, vrátiť prednú nohu do BP

7. BP, mavaši geri hineri nohou, kopajúca noha po kope vykročí vpred v suri aši s yokomen uraken uči, predná noha v postoji opäť vykročí do ZD s gyaku cuki, potom sa predná noha vráti späť do BP

8. BP, uširo geri vpred do ZD s gyaku cuki, vrátiť prednú nohu do BP

KUMITE

1. Skúšobná komisia určí tri rôzne druhy útokov, obranca vykoná adekvátnu obranu a protiútok.
2. Útočník predvedie tri rôzne ľubovoľné útoky, obranca vykoná primeraný protiútok s diae.

KATA

TAIKYOKU MAVAŠI UKE I.

TENŠO

1. kyu

KIHON IDO

1. BP, výkrok do ZD s džodan kizami cuki, potom pritiahnuť zadnú nohu do ZAD a zároveň s týmto pohybom čudan gyaku cuki druhou rukou, potom vykročiť opäť prednou nohou do ZD súčasne s čudan kizami cuki, po údere sa predná noha vráti späť do BP

2. NAD, postupovať do ZD s džodan kizami cuki, hineri nohou mae geri dokročiť naspäť za prednú nohu do ZAD, potom prednou nohou vykročiť do BP, zadnou nohou čudan mavaši geri, dokročiť do NAD

3. BP, hineri mavaši geri čudan, dokročiť kopajúcou nohou chrbtom do ZA otočený o 180 st., druhou nohou džodan mavaši uširo geri, dokročiť opäť otočený vpred do BP

4. BP, zadnou nohou uširo mavaši geri, dokročit do ZD s gyaku cuki čudan, pritiahnúť prednú nohu do BP

5. BP, hineri nohou mae geri, kopajúcu nohu stiahnuť do hiki aši / nohu neklásť na zem /, mavaši geri, vykročiť kopajúcou nohou vpred do ZD s gyaku cuki, stiahnuť prednú nohu opäť do BP

6. BP, vykročiť prednou nohou do ZD s kizami cuki, zadnou nohou aši barai, dokročiť do ZAD vpred, druhou nohou gedan sokuto geri, BP

KUMITE

1. Modelová forma džiu kumite podľa rozhodnutia skúšobnej komisie .
2. Predviesť a vysvetliť aplikácie kata SAIFA.

KATA

SANČINTENŠO

SAIFA

1. Dan

KIHON IDO

1. BP, hineri mae geri, vykročiť kopajúcou nohou so suri aši oi cuki, opäť suri aši s gyaku cuki
2. BP, prednou nohou čudan yoko geri, kop vykonávať bez pritiahnutia zadnej nohy v postoji, kopajúcou nohou vykročiť so suri aši s gyaku cuki
3. BP, vykročiť prednou nohou vpred do ZD s gyaku cuki, hineri nohou džodan ura mavaši geri, dokročiť kopajúcou nohou vpred do ZD s gyaku cuki

4. BP, hineri mavaši geri džodan, nohu nepoložiť na zem, z hiki aši ura mavaši geri, dokročiť kopajúcou nohou vpred do ZD s gyaku cuki

5. BP, postupovať vpred s kaiten gari

KUMITE

1. Útočník: ľubovoľný kop džodan

Obranca: kaiten gari / naznačiť /

2. Sebaobránné techniky zamerané na vyprostovanie pri úchope končatiny a škrtení.

3. Predviesť a vysvetliť aplikácie kata SEINČIN.

KATA

SEINČIN

2. Dan

KIHON IDO

Kombinácie 3 techník – Cvičenec prevedie kombinácie techník podľa vlastného uváženia postojov, premiestňovaní a s vlastným poradím techník v kombinácií:

1. kombinácia z techník : mae geri, oi cuki, gyaku cuki

2. kombinácia z techník : mavaši geri, uraken uči, gyaku cuki

3. kombinácia z techník : aši barai, ura mavaši geri, gyaku cuki

4. kombinácia z techník : yoko geri, uširo geri, gyaku cuki

5. cvičenec prevedie tokui vaza, skúšobná komisia môže určiť ďalšie kombinácie podľa vlastného uváženia

KUMITE

1. Sebaobránné techniky proti úchopom a škrtení, techniky nasadzovania pák.

2. Predviesť a vysvetliť aplikácie kata SANSERU a všetky predchádzajúce majstrovské kata .

KATA

SANSERU

3. Dan

KIHON IDO

Kombinácie 3 techník – Cvičenec prevedie kombinácie techník podľa vlastného uváženia postojov, premiestňovaní a s vlastným poradím techník v kombinácií:

1. kombinácia z techník : mae geri, mavaši geri, oi cuki, gyaku cuki

2. kombinácia z techník : aši barai, uširo geri, uraken uči, gyaku cuki

3. kombinácia z techník : aši barai, ura mavaši geri, gyaku cuki

4. kombinácia z techník : ura mavaši geri, gyaku cuki, mavaši geri, gyaku cuki

KUMITE

1. Obrana proti útoku jednotlivých techník kizami cuki, gyaku cuki, kingeri, mavaši geri, ura mavaši geri. Obrana je vedená formou kombinácie obrany a útoku.

2. Predviesť a vysvetliť aplikácie kata SISIČIN a všetky predchádzajúce majstrovské kata .

KATA

SISOČIN

4. Dan

KIHON IDO

Cvičenec prevedie vlastné s 3 technikami s preferovaním danej techniky :

1. kombinácia s preferenciou : gyaku cuki

2. kombinácia s preferenciou : mae geri

3. kombinácia s preferenciou : mavaši geri, alebo yoko geri, uširo geri

KUMITE

1. Obrana proti útoku jednotlivých techník gyaku cuki, oi cuki, kingeri a kansetsu geri .

2. Predviesť a vysvetliť aplikácie kata SEISAN a všetky predchádzajúce majstrovské kata .

KATA

SEISAN

5. Dan

KIHON IDO

- základný súbor kihon ido / 4 kombinácie techník /

- zostáva v rozhodnutí skúšobnej komisie

KUMITE

Predviesť a vysvetliť aplikácie kata SEIPAI a všetky predchádzajúce majstrovské kata .

KATA

SEIPAI

6. Dan

KIHON IDO

- základný súbor kihon ido / 4 kombinácie techník /

- zostáva v rozhodnutí skúšobnej komisie

KUMITE

Predviesť a vysvetliť aplikácie kata KURURUNFA a všetky predchádzajúce majstrovské kata .

KATA

KURURUNFA

7. Dan

KIHON IDO

- základný súbor kihon ido / 4 kombinácie techník /

- zostáva v rozhodnutí skúšobnej komisie

KUMITE

Predviesť a vysvetliť aplikácie kata SUPARINPEI a všetky predchádzajúce majstrovské kata .

KATA

SUPARINPEI