



gimnasio
KEN KYU KAI

PROGRAMA KARATE-DO
hasta 14 años

	Katas	Tachi	Uke	Keri	Uchi	Tsuki	Kaisho	Renzoku	Kumite	Teoría
Blanco Amarillo	1/2 Shodan	Heiko Zenkutsu Moto	Gedan barai Age Shoto	Mae Yoko	Tetsui	Oi		1	1 Gohon	Etiqueta Rei, Yoi Seiza
Amarillo	Shodan	Kokutsu	Shuto Osae Nagashi	Ushiro	Uraken	Gyaku		1	2 Gohon 1 TS	Kamae Alturas
Amarillo Naranja	1/2 Nidan	Kiba	Haiwan Uchi	Mawashi	Yoko tetsui	Morote	Nukite	1	1 Sanbon 2 TS	Desplazam Rectilineo Kekomi-Keage
Naranja	Nidan	Musubi	Morote	Oi	Shuto	Kizami	Haito	1	2 Sanbon 3 TS	Tsuki, Uchi y Kaisho
Naranja Verde	Sandan	Heisoku Neko Ashi	Kosa	Fumikomi	Tate uraken	Age		2	5 K Ippon 4 TS	Desplaz circulares
Verde	Yondan	Kosa	Jyuji Kakiwake	Hiza	Mae empi	Tate	Hiraken	2	10 K Ippon 5 TS	Kaiten
Verde Azul	Godan	Renoji	Haishu Manji	Mikasuki	Yoko empi	Kagi		2	15 K Ippon 6 TS	Zanshin
Azul	Tekki Shodan	Siko	Tate shuto	Ura mawashi	Ushiro empi	Ura	Teisho	2	4 J Ippon 7 TS	Kime
Azul Marrón	Bassai Dai	Sanchin	Sukui	Kakato	Mawashi empi	Yama		3	8 J Ippon 8 TS	Maai
Marrón	Kanku Dai	Sagi Ashi	Morote shuto	Mae tobi	Otoshi empi Tate empi	Mawashi	Seryuto	3	12 J Ippon 9 TS	Tipos respiración
	8	13	16	11	11	10	5			