









# KLUB SPORTOWY „BuJuKan”

## WYMAGANIA EGZAMINACYJNE DLA DZIECI

<p style="text-align: center;"><b>10 Kyu</b> </p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Migi hanmi kamae</li><li>2. Hidari hanmi kamae</li><li>3. Seiza ho</li><li>4. Rei ho</li><li>5. Shikko ho</li><li>6. Suwari waza Zenpo kaiten ukemi</li><li>7. Suwari waza Koho kaiten ukemi</li><li>8. Tai no henko (1)</li><li>9. Tai no henko (2)</li></ol> <p><i>Wszystkie ćwiczenia wykonywane są na prawą stronę. Minimum 20 treningów od zapisania się do Klubu.</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>7 Kyu</b> </p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Migi Hanmi Kamae</li><li>2. Hidarii Hanmi Kamae</li><li>3. Seiza ho</li><li>4. Rei ho</li><li>5. Shikko ho</li><li>6. Zenpo kaiten ukemi</li><li>7. Koho kaiten ukemi</li><li>8. Shumatsu Dosa (1)</li><li>9. Shumatsu Dosa (2)</li><li>10. Shomen Uchi Ikkajo Osae (1) (2)</li></ol> <p><i>Minimum 30 treningów od ostatniego egzaminu.</i></p>
<p style="text-align: center;"><b>9 Kyu</b> </p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Migi hanmi kamae</li><li>2. Hidari hanmi kamae</li><li>3. Seiza ho</li><li>4. Rei ho</li><li>5. Shikko ho</li><li>6. Zenpo kaiten ukemi</li><li>7. Koho kaiten ukemi</li><li>8. Tai no henko (1)</li><li>9. Tai no henko (2)</li></ol> <p><i>Wszystkie ćwiczenia wykonywane są na obie strony. Minimum 20 treningów od ostatniego egzaminu.</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>6 Kyu</b> </p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Migi Hanmi Kamae</li><li>2. Hidarii Hanmi Kamae</li><li>3. Seiza ho</li><li>4. Rei ho</li><li>5. Shikko ho</li><li>6. Zenpo kaiten ukemi</li><li>7. Koho kaiten ukemi</li><li>8. Kihon dosa – Shumatsu dosa prawa</li><li>9. Shomen Uchi Ikkajo Osae (1) (2)</li><li>10. Katate Mochi Shihonage (1)</li></ol> <p><i>Minimum 35 treningów od ostatniego egzaminu.</i></p>
<p style="text-align: center;"><b>8 Kyu</b> </p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Migi hanmi kamae</li><li>2. Hidari hanmi kamae</li><li>3. Seiza ho</li><li>4. Rei ho</li><li>5. Shikko ho</li><li>6. Zenpo kaiten ukemi</li><li>7. Tai no henko (1)</li><li>8. Tai no henko (2)</li><li>9. Hiriki no yosei 1 (tylko prawa strona)</li><li>10. Hiriki no yosei 2 (tylko prawa strona)</li><li>11. Shutmatsu Dosa (1) – prawa</li></ol> <p><i>Minimum 20 treningów od ostatniego egzaminu.</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>5 Kyu</b> </p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Migi Hanmi Kamae</li><li>2. Hidarii Hanmi Kamae</li><li>3. Seiza ho</li><li>4. Rei ho</li><li>5. Shikko ho</li><li>6. Zenpo kaiten ukemi</li><li>7. Koho kaiten ukemi</li><li>8. Kihon dosa – Shumatsu dosa prawa</li><li>9. Shomen Uchi Ikkajo Osae (1) (2)</li><li>10. Katate Mochi Shihonage (1)(2)</li><li>11. Katate Mochi Sokumen Irimi Nage(1)</li></ol> <p><i>Minimum 35 treningów od ostatniego egzaminu.</i></p>

Do egzaminów mogą podchodzić dzieci od 6 roku życia.

Egzaminy dziecięce zdaje się do 12 roku życia włącznie (licząc wg. roku urodzenia).

Dzieci które ukończą 13 rok życia zdają pierwszy dla dorosłych wg schematu poniżej:

10-9 kyu dziecięce → 10 kyu dorosłych

8-7 kyu dziecięce → 8 kyu dorosłych

6-5 kyu dziecięce → 7 kyu dorosłych

4 kyu dziecięce → 6 kyu dorosłych