

Karateka: .....

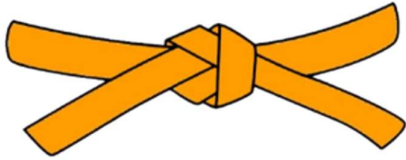
Datum : .....

Plaats: .....

	geel-oranje	oranje
<b>Besluit</b>		

Examen Oranje gordel – 7<sup>de</sup> Kyu

Evaluator : .....



**1. Do evaluatie onder het jaar**

Inzet, respect, zelfcontrole,..

+	0	-	opmerking

**2. Kihon:**

- a. Juntsuki notsukomi (mawatte jodan uke)
- b. Gyakutsuki notsukomi (mw gedan barai)
- c. Tobikomitsuki
- d. mawashi geri chudan

+	0	-	opmerking

**3. Renraku waza:**

- a. Maegeri – Mawashigeri, gyakutsuki
- b. Surikomi maegeri, mawashi, gyakutsuki

+	0	-	opmerking

Karateka : ..... Examiner : .....

**4. Partner oefeningen (sanbon kumite)**

- a. Chudan uke 1
- b. Chudan uke 2
- c. Mae geri uke 1
- d. Mae geri uke2

+	0	-	opmerking

**5. Kata:**

Pinan Sandan

+	0	-	opmerking

**6. Kumite:**

Jiyu ippon: Vrij vechten

+	0	-	opmerking

**7. Ukemi waza**

- a. ushiro ukemi (achterwaartse val)
- b. Yoko ukemi (zijwaartse val)
- c. Mae mawari ukemi (voorwaartse rol)

+	0	-	opmerking

**8. Theorie**

- a. Hoe heet onze karatestijl (wado ryu)
- b. Wat is de betekenis (weg van harmonie, vrede.. meegeven kracht..)
- c. Oprichter van wado ryu (Hironori Otsuka)  
Oprichter van WIKF (Tatsuo Suzuki)

+	0	-	opmerking