

ISKF Brasil
Matéria de exame de graduação - V01_06_2012

Marrom 1º Kyu para Preta 1º Dan

Carência – idade mínima 12 anos completos – comprovação oficial de 12 meses no 1º.Kyu.

#	Kihon	Repetições	Sentido
1	SONOBA ZUKI (kiba dachi)	10 repetições	---
2	OI ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
3	MAE GUERI/OI ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Volta
4	GYAKU ZUKI (tchudan-zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
5	MAE GUERI/GYAKU ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Volta
6	SAMBON ZUKI (jodan/tchudan/tchudan-zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
7	JODAN UKE/GYAKU ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Recuar
8	GUEDAN BARAI/GYAKU ZUKI(zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
9	SOTOUKE (tchudan)/ GYAKU ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Recuar
10	UTIUKE(tchudan)/GYAKU ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
11	SHUTO UKE/NUKITE (tchudan/kokutsu/zenkutsu dachi)	05 repetições	Recuar
12	MAE GUERI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
13	MAWASHI GUERI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Volta
14	YOKO GUERI (kiba dachi)	03 repetições	Ida e recuar

Kata

Obrigatório: Heian 1º ao 5º e Tekki Shodan

Optativo: Kanku-Dai, Bassai-Dai e Jion

Kumite

Até Infanto-Juvenil - Duas vezes: Shiai-Kumite (Avaliação da banca)

Juvenil - 01 (hum) Shiai Kumite + 01 (hum) Jyu Kumite. (Avaliação da Banca)

Adulto - 01 ou 02 Jyu Kumite (Solicitação e Avaliação da Banca).