

ISKF Brasil
Matéria de exame de graduação - V01_06_2012

Preta 1º Dan para Preta 2º Dan

Carência - idade mínima 20 anos - comprovação oficial de 03 anos no 1ºDan

#	Kihon	Repetições	Sentido
1	SONOBA ZUKI – Sambon zuki (kiba dachi)	05 repetições	---
2	OI ZUKI (tchudan-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	SOTOUKE(zenkutsu)/EMPI/URAKEN(kibadachi)/GYAKU ZUKI(zenkutsu)	05 repetições	Recuar
8	AGUEUKE/GUEDAN BARAI(mesma mão)/GYAKU ZUKI(zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
9	SHUTO UKE(kokutsu)/NUKITE GYAKU (zenkutsu dachi)	05 repetições	Volta e recua
10	MAE GUERI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
11	MAWASHI GUERI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Volta
12	YOKO GUERI keague /YOKO KEKOMI(kiba dahi, cruzando/trocando o pé)	03 repetições	Ida e volta

Kata

Obrigatório: Tekki Nidan, Kanku-Dai, Bassai-Dai e Jion

Optativo: Hangetsu, Jitte, Gankaku e Empi

Kumite

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