

Secretariaat:  
Slangbeekstraat 21  
3511 Hasselt  
Belgium.

Telefoon: (0032) 011 23.34.18  
Gsm: (0032) 0477 51.94.48  
E-mail: info@jksbenelux.com  
Eric@jksBenelux.com  
Web-site: www.jksbenelux.com



## examenprogramma kyu graden

### 6de kyu

#### Kandidaat 6de kyu

### groene band

#### oranje-groen band

|                 |  |  |         |
|-----------------|--|--|---------|
| KIHON :         | sanbon tsuki   | vw   | ZKD     |
|                 | gyaku tsuki  | vw   | ZKD     |
|                 | age uke , gyaku tsuki  | vw,aw  | ZKD     |
|                 | soto uke<yoko empi uchi  | vw,aw  | ZKD, KD |
|                 | uchi uke<kizame tsuki  | vw,aw  | ZKD     |
|                 | gedan barai<uraken uchi  | vw,aw  | ZKD     |
|                 | Shuto uke, nukite  | vw,aw  | KKD,ZKD |
|                 | mae ren geri   | vw   | ZKD     |
|                 | mae geri gts   | vw   | ZKD     |
|                 | yoko geri kiage  | zw   | KD      |
|                 | yoko geri kekomi   | zw   | KD      |
|                 | mae washi geri, gts  | vw   | FD *    |
| KUMITE :        | sanbon kumite (3 stappen)  |  |         |
|                 | oi tsuki jodan/chudan/mg -   | age uke/soto uke/gedan barai< uraken,gts           |         |
|                 | oi tsuki jodan/chudan/mg -   | age uke/uche uke/gyaku gedan barai, kiz.tsuki,gts* |         |
| KATA:           | HEIAN SHODAN URA, HEIAN NIDAN, <b>HEIAN SANDAN</b>                           |  |         |
| DOJO KUN        |  |  |         |
| BELANGRIJKSTE : | goede mae washi geri, 3 heupstanden,<br>hentei bewegingen juiste heuppositie |  |         |



Go No Sen vzw

JKS Benelux vzw

Secretariaat:  
Slangbeekstraat 21  
3511 Hasselt  
Belgium.

Telefoon: (0032) 011 23.34.18  
Gsm: (0032) 0477 51.94.48  
E-mail: gonosen@telenet.be  
Eric@jksBenelux.com  
Web-site: www.gonosen.be



## examenprogramma kyu graden

6de kyu

Kandidaat 6de kyu

groene band

oranje-groen band

legende :

- (vw) = voorwaarts
- (aw) = achterwaarts
- (tp) = ter plaatse
- Oi = volledige stap naar voor
- ZKD = aanvallende of voorwaartse stand
- KKD = verdedigende of achterwaartse stand
- KD = ijzeren ruitersstand of zijwaartse stand
- FD = gewortelde stand of vrije actieve gevechtsstand
- SD = sanchin dachi kleine driehoekstand
- < = zelfde arm of been
- , = andere arm of been
- \* = niet voor kandidaat

\*JE KAN ENKEL AAN EEN EXAMEN DEELNEMEN WANNEER JE PERSOONLIJK DOOR EEN VAN DE TRAINERS WORDT UITGENODIGD. DIT GEBEURD BIJ HET OVERHANDIGEN VAN DIT DOCUMENT

\*AANMELDEN EEN HALF UUR VOOR DE START VAN HET EXAMEN MET JE VERGUNNINGSSBOEKJE

\*EEN CORRECTE HOUDING IS GEWENST VOOR TIJDENS EN NA HET EXAMEN

\*DE DEELNAME BEDRAAGT 20 EURO MET INBEGRIJF VAN DIPLOMA EN GORDEL

\*JE SLAGT WANNEER JE DE HELFT VAN DE PUNTEN HAALT DUS 15/30

ER KAN VAN JE GEVRAAGD WORDEN OM EEN GEDEELTE OVER TE DOEN BIJ HET VOLGENDE EXAMEN

DE GORDEL WORDT EVENTUEEL OVERHANDIGD MAAR ER GEBEURT GEEN AANDUIDING IN HET VERGUNNINGSSBOEKJE

\*VOOR JE HEREXAMEN DIEN JE NIET MEER TE BETALEN

\*KINDEREN KUNNEN MAXIMAAL DE GRAAD VAN 4 DE KYU BEHALEN OVERGANG NAAR DE VOLWASSENEN IS VERPLICHT TUSSEN 13 EN 14 JAAR

HET PROGRAMMA KAN TEN ALLE TIJDEN AANGEPAST WORDEN

SUCCES!