

11e kyu – Witte Band / rode streep

Standen
Stoten en slagen
Traptechnieken
Kumite

Tussengraduatie kinderen

Fudo-dachi
Seiken Chudan / Jodan / Gedan-Tsuki, Morote Chudan / Jodan / Gedan-Tsuki
Hiza-geri
5 partijen vrij vechten á 2 minuten

10e Kyu (Yukyu) – Oranje Band

Algemeen
Standen
Stoten en slagen
Traptechnieken
Kata
Kumite

De betekenis van het woord 'Kyokushinkai': 'Kyoku' / 'Shin' / 'Kai'
Zenkutsu-dachi
Seiken ago-uchi
Gin-geri
Zenkutsu Dachi Kata Sono Ichi
5 partijen vrij vechten á 2 minuten

10e Kyu (Yukyu) – Oranje Band / rode streep

Algemeen
Standen
Stoten en slagen
Blokkingen
Traptechnieken
Kata
Kumite

Tussengraduatie kinderen

Hoe een karate gi correct te dragen en band (obi) te knopen
Kiba-dachi
Uraken shomen-uchi
Seiken soto-uke
Mae-geri
Zenkutsu Dachi Kata Sono Ni
5 partijen vrij vechten á 2 minuten

9e Kyu (Kukyu) – Oranje Band / zwarte streep

Standen
Stoten en slagen
Blokkingen
Traptechnieken
Combinaties
Kata
Kumite

Heisoku-dachi, Uchi-hachiji-dachi
Tetsui oroshi-ushi
Seiken gedan-barai
Mae ganmen-geri
Openen Fudo-dachi met Kake wake-uke
Zenkutsu Dachi Kata Sono San
8 partijen vrij vechten á 2 minuten

9e Kyu (Kukyu) – Oranje Band / blauwe streep

Stoten en slagen
Blokkingen
Rekoefeningen
Kata
Kumite

Tussengraduatie kinderen

Shuto sakotsu-uchi
Seiken uchi-uke
Mae-keage
Taikyoku Kata Sono Ichi
8 partijen vrij vechten á 2 minuten

8e Kyu (Hashikyu) – Blauwe Band

Algemeen
Standen
Stoten en slagen
Blokkingen
Traptechnieken
Kata
Kumite

Kennis van de Dojo-etiquette
Msubi-dachi
Shuto sakotsu-uchi-komi
Seiken jodan-uke
Mawashi-geri
Taikyoku Kata Sono Ni
10 partijen vrij vechten á 2 minuten

8e Kyu (Hashikyu) – Blauwe Band / rode streep

Rekoefeningen
Combinaties
Ippon kumite
Kata
Kumite

Tussengraduatie kinderen

Yoko-keage
Openen met zenkutsu-dachi met gedan-barai
Ippon kumite sono ichi: seiken soto-uke + chudan gyaku-tsuki
Taikyoku Kata Sono San
10 partijen vrij vechten á 2 minuten

7e Kyu (Sishikyu) – Blauwe Band / zwarte streep

Stoten en slagen
Traptechnieken
Ippon kumite
Kata
Kumite

Uraken sayu-uchi, Uraken hizo-uchi
Kansetsu-geri
Ippon kumite sono ni: seiken uchi-uke + uraken shomen-uchi
Pinan Kata Sono Ichi
12 partijen vrij vechten á 2 minuten

7e Kyu (Sishikyu) – Blauwe Band / gele streep

Standen
Stoten en slagen
Traptechnieken
Ippon Kumite
Kyokushinkai Kumite
Kumite

Tussengraduatie kinderen

Kokutsu-dachi
Shuto ganmen-uchi, Shuto hizo-uchi, Uraken shita-uchi,
Kagato-geri
Ippon kumite sono san: seiken jodan-uke + hiza-geri
Kyokushinkai Kumite Sono Ichi
12 partijen vrij vechten á 2 minuten

6e Kyu (Rokyu) – Gele Band

Standen	Tsuri ashi-dachi, Neko ashi-dachi
Stoten en slagen	Tetsui kome kami ushi, Tetsui hizo uchi, Seiken gyaku / oi-tsuki met mawate
Ippon kumite	Ippon Kumite Sono Yon: Seiken soto-uke + Seiken tate-tsuki
Kyokushinkai Kumite	Kyokushinkai Kumite Sono Ni
Traptechnieken	Mawashi kubi-geri
Kata	Pinan Kata Sono Ni
Kumite	15 partijen vrij vechten á 2 minuten

5e Kyu (Rokyu) – Gele Band / zwarte streep

Standen	Shiko dachi, Kake dachi, Sanchin-dachi
Stoten en slagen	Seiken tate-tsuki, Jodan / chudan shotai uchi, Hiji jodan / chudan-ate
Blokkeringen	Mae mawashi-uke met ibuki, Shuto mawashi-uke
Kata	Pinan Kata Sono San
Traptechnieken	Yoko-geri
Kyokushinkai Kumite	Kyokushinkai Kumite Sono San
Kumite	18 partijen vrij vechten á 2 minuten

4e Kyu (Yonkyu) – Groene Band

Standen	Moro ashi-dachi, Heiko-dachi
Stoten en slagen	Seiken mawashi-uchi, Hiji ago-uchi, Hiji oroshi-uchi
Blokkeringen	Seiken uchi-uke-gedan-barai, Jodan / gedan juji-uke, Koken chudan uchi-uke
Traptechnieken	Ushiro-geri
Ippon kumite	Ippon Kumite als sanbon
Kyokushinkai Kumite	Kyokushinkai Kumite Sono Yon
Kata	Sanchin Kata, Gekisai-dai Kata
Tameshiwari	Seiken en geri: 1 plank
Kumite	22 partijen vrij vechten á 2 minuten

3e Kyu (Sankyu) – Groene Band / zwarte streep

Algemeen	Hoekrechter zijn bij jeugd en beginnerswedstrijden
Stoten en slagen	Hiraken, Haito uchi
Blokkeringen	Shuto chudan soto-uke, Shuto chudan uchi-uke
Traptechnieken	Uchi mawashi-geri
Kyokushinkai Kumite	Kyokushinkai Kumite Sono Go
Kata	Pinan Kata Sono Yon, Tsuki-No Kata
Tameshiwari	Seiken en geri: 2 planken
Kumite	25 partijen vrij vechten á 2 minuten

2e Kyu (Yonkyu) – Bruine Band

Algemeen	Kennis der Japanse benamingen, Goede kennis van het wedstrijdvechten
Stoten en slagen	Nukite's, Mae / Yoko / Ushiro atama-tsuki, Jun-tsuki vanuit kiba-dachi mawate
Blokkeringen	Shotai jodan / gedan-uke, Shotai chudan soto-uke
Traptechnieken	Mae Tobi Geri, Yoko Tobi Geri
Kyokushinkai Kumite	Kyokushinkai Kumite Sono Roku
Kata	Pinan Kata Sono Go, Taikyoku Kata Sono Ichi / Ni / San Ura
Tameshiwari	Hiji / Seiken / Geri: 2 planken
Kumite	25 partijen vrij vechten á 2 minuten

1e Kyu (Yonkyu) – Bruine Band / zwarte streep

Algemeen	Kennis van valbreken en van de terminologie voor Kyokushin-wedstrijden
Stoten en slagen	Zeer goede kennis der Japanse benamingen
Blokkeringen	Vrij vechten in wedstrijdvorm
Traptechnieken	Uchiro mawashi-geri
Kyokushinkai Kumite	Kyokushinkai Kumite Sono Sichi
Kata	Pinan Kata Sono Ichi Ura
Tameshiwari	Uraken / Shuto / Geri: 2 planken
Kumite	25 partijen vrij vechten á 2 minuten

Zwarte band – 1e Dan (Shodan)

Saiha Kata, Tensho Kata

30 man vrij vechten á 2 minuten

Zwarte band – 2e Dan (Nidan)

Seenchin Kata, Gekisai-sho Kata, Kanku-dai Kata

40 man vrij vechten á 2 minuten

Zwarte band – 3e Dan (Sandan)

Seipai Kata, Sushio Kata, Garyu Kata

50 man vrij vechten á 2 minuten

Dit document is eigendom van Karatestichting Musashi.

www.musashi.nl / www.kyokushin.info