



Kyu graden pakket Yamato juni 2025

KYU GRADEN PAKKET JUNI 2025

Examenreglement

1. Doel

Het examenreglement heeft als doel om de voorwaarden, procedures en beoordelingscriteria vast te leggen die gelden bij het afleggen van kyu-examens binnen de Shotokan Karate Club.

2. Algemeen

- Examinatoren zijn door het bestuur of de hoofdleraar aangesteld en beschikken over minimaal 2e dan JKA/KBN en relevante lesbevoegdheid.
- Examens worden minimaal 2 keer per jaar afgenomen.
- De examens worden georganiseerd volgens de normen van Shotokan Karate-do en in overeenstemming met de richtlijnen van de Karate-do Bond Nederland (KBN).

3. Deelnamevoorwaarden

Een lid mag deelnemen aan een kyu-examen indien aan de volgende voorwaarden is voldaan:

- Het lid is minimaal 3 maanden lid van de club.
- Er is sinds het laatste examen voldoende trainingsinzet getoond (gemiddeld 75% Het minimale aantal maanden sinds het vorige examen is verstreken
- Hieronder kun je zien hoeveel trainingsuren je moet maken voor iedere band.

Band/ Wachttijden	Trainings per week	wachttijd in weken	Doorloop tijd in jaren	Aantal Trainings cumulatief	Traininsuren Cumulatief
Geel	2	26	0,5	52	78
Oranje	2	26	1	104	156
Groen	2	26	1,5	156	234
Blauw	2	26	2	208	312
Bruin I	2	26	2,5	312	390
Bruin II	2	26	3	312	468
Bruin III	2	26	3,5	364	546
Zwart	2	26	4	416	624

- De examenkosten zijn tijdig voldaan
- De leerling heeft toestemming van de leraar om examen te doen

4. Inhoud van het Examen

Elke examen bestaat uit drie onderdelen:

a. Kihon (basis technieken)

- Technieken zoals stoten, trappen, blokkeren en standen, afhankelijk van de graad.

b. Kata (vorm)

- Uitvoering van voorgeschreven kata's per graad. Bijvoorbeeld: 9e en 8e kyu: Taikyoku Shodan / Heian Shodan
- 7e en 6e kyu: Heian Nidan, Heian Sandan
- etc.

c. Kumite (partneroefeningen)

- Van vaste vormen (Gohon/Sanbon/Ippon Kumite) tot Jiyu Kumite, afhankelijk van de graad.

5. Beoordeling

Beoordeling vindt plaats op basis van techniek, houding, spirit, controle en correctheid.

De examiner kan een leerling laten zakken indien:

- Er onvoldoende beheersing is van de vereiste technieken.
- De inzet of houding niet passend is voor de graad.

De uitslag is bindend.

Bij twijfel over de beoordeling kan na afloop van het examen binnen 7 dagen om toelichting worden gevraagd.

6. Uitslag en diploma

Bij voldoende resultaat ontvangt de leerling een examenkaart, diploma en indien van toepassing een nieuwe band.

De examendata en resultaten worden geregistreerd in het leerlingvolgsysteem van de club.

De club kan adviseren om een examen uit te stellen als dit in het belang is van de leerling.

7. Overige bepalingen

Het bestuur behoudt zich het recht voor om in uitzonderlijke gevallen af te wijken van dit reglement.

Deelname aan het examen impliceert instemming met dit reglement.

In gevallen waarin dit reglement niet voorziet, beslist de hoofdleraar of het bestuur.



Kyu graden pakket Yamato juni 2025

Legenda

	Op de plaats
	Voorwaarts
	Achterwaarts
	Schuin achterwaarts
ZKD	Zenkutsu dachi
KKD	Kokutsu dachi
KB	Kiba dachi
HD	Heisoku dachi
KW	Gedan Kaki wake uke
Hidari	Links
Migi	Rechts

10e Kyu	
Kihon	vanuit HACHIJDACHI 1. CHUDAN CHOKUZUKI 2. JODAN AGE UKE 3. CHUDAN SOTO UKE 4. MAE GERI (HEISOKU DACHI met GEDAN KAKIWAKE) * "GOREI" op commando rechts en op commando links

9e Kyu	
Kihon	Vanuit SHIZEN TAI naar ZENKUTSU DACHI en terug naar SHIZEN TAI 1. CHUDAN JUNZUKI → 2. JODAN AGE UKE → 3. CHUDAN SOTO UKE → 4. KOKUTSU SHUTOU UKE → 5. MAE GERI (HEISOKU DACHI, GEDAN KAKIWAKE) → * "GOREI" op commando links en rechts uitvoeren

8e Kyu	
Kihon	Vanuit basis beweging 1. CHUDAN JUNZUKI → 2. JODAN AGE UKE → 3. CHUDAN SOTO UKE → 4. GEDAN BARAI → 5. KOKUTSU SHUTOU UKE → 6. MAE GERI (GEDAN KAKIWAKE) →
Kata	KATA TAIKYOKU SHODAN
Kumite	KUMITE GOHON KUMITE (JODAN YUNZUKI, CHUDAN YUNZUKI)



Kyu graden pakket Yamato juni 2025

7e Kyu	
Kihon	KIHON IDOU KIHON Vanuit basis beweging 1. ZKD CHUDAN JUNZUKI → 2. (ZKD) JODAN AGE UKE ← 3. CHUDAN SOTO UKE → 4. (ZKD) CHUDAN UCHI UKE ← 5. (KKD) KOUKUTSU SHUTOU UKE → 6. (ZKD) MAE GERI (KW) → 7. YOKO GERI KEAGE (HD, rechts en links om en om) 8. YOKO GERI KEKOMI (HD, rechts en links om en om)
Kata	KATA HEIAN SHODAN
Kumite	KUMITE GOHON KUMITE (JODAN YUNZUKI, CHUDAN YUNZUKI)

6e Kyu	
Kihon	KIHON IDO KIHON Vanuit basis beweging 1. (ZKD) CHUDAN JUNZUKI → 2. (ZKD) JODAN AGE UKE ← 3. (ZKD) CHUDAN SOTO UKE → 4. (ZKD) CHUDAN UCHI UKE ← 5. (KKD) KOUKUTSU SHUTOU UKE 6. (ZKD) MAE GERI (KW) → 7. (KD) YOKO GERI KEAGE (rechts en links) → 8. (KD) YOKO GERI KEKOMI (rechts en links) →
Kata	KATA HEIAN NIDAN
Kumite	KUMITE KIHON IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI – rechts en links, CHUDAN JUNZUKI – rechts en links)

5e Kyu	
Kihon	KIHON IDO KIHON Vanuit basis beweging 1. (ZKD) CHUDAN JUNZUKI → 2. (ZKD) JODAN AGE UKE, GYAKU ZUKI ← 3. (ZKD) CHUDAN SOTO UKE, GYAKUZUKI → 4. (ZKD) CHUDAN UCHI UKE, GYAKUZUKI ← 5. (KKD) KOUKUTSU SHUTO UKE → 6. (ZKD) MAE GERI (GEDAN KAKIWAKE) → 7. (KD) YOKO GERI KEAGE (rechts en links) → 8. (KD) YOKO GERI KEKOMI (rechts en links) →
Kata	KATA HEIAN SANDAN
Kumite	KUMITE KIHON IPPON KUMITE (JODAN YUNZUKI – rechts en links, CHUDAN YUNZUKI – rechts en links, CHUDAN MAE GERI GEDAN KAKIWAKE – rechts en links)



Kyu graden pakket Yamato juni 2025

4e Kyu	
Kihon	KIHON IDO KIHON Vanuit basis beweging 1. (ZKD) CHUDAN JUNZUKI → 2. (ZKD) SANBON RENZUKI → 3. (ZKD) JODAN AGE UKE, GYAKUZUKI ← 4. (ZKD) CHUDAN SOTO UKE, GYAKUZUKI → 5. (ZKD) CHUDAN UCHI UKE, GYAKUZUKI ← 6. (KKD) KOUKUTSU SHUTO UKE, ZENKUTSU NUKITE → 7. (ZKD) MAE GERI (GEDAN KAKIWAKE) → 8. (KD) YOKO GERI KEAGE (rechts en links) → 9. (ZKD) YOKO GERI KEKOMI →
Kata	KATA HEIAN YONDAN
Kumite	KUMITE KIHON IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI – rechts en links, CHUDAN JUNZUKI – rechts en links, CHUDAN MAE GERI GEDAN KAKIWAKE – rechts en links, CHUDAN YOKO GERI KEKOMI – rechts en links)

3e Kyu	
Kihon	KIHON IDO KIHON Vanuit basis beweging 1. CHUDAN JUNZUKI (voorwaarts) 2. SANBON RENZUKI (voorwaarts) 3. JODAN AGE UKE, GYAKU ZUKI (voorwaarts) 4. CHUDAN SOTO UKE, GYAKUZUKI (achterwaarts) 5. CHUDAN UCHI UKE, GYAKUZUKI (as KOUKUTSUDACHI is) (voorwaarts) 6. KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU NUKITE (achterwaarts) 7. MAE GERI (GEDAN KAKIWAKE) (voorwaarts) 8. YOKO GERI KEAGE (in KIBA DACHI, rechts en links) (voorwaarts) 9. YOKO GERI KEKOMI (in ZENKUTSU DACHI) (voorwaarts)
Kata	KATA HEIAN GODAN
Kumite	KUMITE JIYUU IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI , CHUDAN JUNZUKI , CHUDAN MAE GERI) – rechts en links

2e Kyu	
Kihon	KIHON IDO KIHON Vanuit basis beweging 1. JODAN JUNZUKI , CHUDAN GYAKUZUKI(voorwaarts) 2. JODAN AGE UKE, GYAKUZUKI (achterwaarts) 3. CHUDAN SOTO UKE ,GYAKUZUKI (voorwaarts) 4. CHUDAN UCHI UKE, GYAKUZUKI (achterwaarts) 5. KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU NUKITE (voorwaarts) 6. MAE GERI (GEDAN KAKIWAKE) (voorwaarts) 7. MAWASHI GERI (voorwaarts) 8. YOKO GERI KEAGE (in KIBADACHI, rechts en links) (voorwaarts) 9. YOKO GERI KEKOMI (in ZENKUTSUDATI) (voorwaarts)
Kata	KATA TEKKI SHODAN
Kumite	KUMITE JIYUU IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI, CHUDAN JUNZUKI, CHUDAN MAEGERI, CHUDAN YOKO GERI KEKOMI ,MAWASHI GERI) – rechts en links Kandidaat geeft keuze aan JODAN or CHUDAN bij MAWASHI GERI

1e Kyu	
Kihon	1e Kyu (derde bruine band) KIHON IDO KIHON Vanuit basis beweging 1. JODAN JUNZUKI , CHUDAN GYAKUZUKI(voorwaarts) 2. JODAN AGE UKE, GYAKUZUKI (achterwaarts) 3. CHUDAN SOTOUKE, YOKO ENPI (ZENKUTSUDACHI changing stance to KIBADACHI) (voorwaarts) 4. CHUDAN UCHIUKE, GYAKUZUKI (achterwaarts) 5. KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU NUKITE (voorwaarts) 6. MAE GERI (On the spot) ,MAE GERI(voorwaarts) 7. MAWASHIGERI (voorwaarts) 8. YOKO GERI KEAGE (in KIBADACHI, rechts en links) (voorwaarts) 9. YOKO GERI KEKOMI (ZENKUTSUDACHI) (voorwaarts)
Kata	KATA BASSAI DAI
Kumite	KUMITE JIYU IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI, CHUDAN JUNZUKI, CHUDAN MAE GERI, CHUDAN YOKO GERI KEKOMI, MAWASHI GERI) – rechts en links Kandidaat geeft keuze aan JODAN or CHUDAN bij MAWASHI GERI

SHODAN	KBN
Kihon	Uitgangshouding: Shizen tai (Yoi Dachi) ZKD Sanbon Tsuki → mawatte Yoi Dachi (Na elke combinatie weer terugkomen in Yoi Dachi) 1. ZKD Age-Uke / Gyaku- Tsuki ← 2. ZKD Uchi-Uke / Gyaku Tsuki ✓ 3. ZKD Soto-Uke / Gyaku Tsuki ← 4. ZKD Gedan Barai / Gyaku Tsuki ✓ 5. KKD Shuto-Uke / ZKD Gyaku Nukite ✓ 6. 5x ZKD Mae Geri → 7. 5x KD Yoko Geri Keage → 8. 5x KD Yoko Geri Kekomi → 9. 5x ZKD Mawashi Geri (in ZKD) → 10. 5x ZKD Ushiro Geri →
Renzoku Waza	Yoi Dachi, ZKD met Gedan Barai ← , ZKD Oi Tsuki Jodan → , ZKD Age Uke ← Mawashi Geri → , Uraken Uchi, Gyaku Tsuki, terugkomen in Yoi Dachi Yoi Dachi, ZKD met Gedan Barai ← , Mae Geri met Kizame Tsuki ↓ , Ushiro Geri met Ura Shuto Uchi → , Gyaku Tsuki ↓ ,terugkomen in Yoi Dachi
Kata	De volgende Kata's kunnen gevraagd worden: Heian Shodan t/m Heian Godan Verplichte Kata: Tekki Shodan Keuze kandidaat 2 kata's uit: BASSAI DAI, KANKU DAI, YUKI SHODAN
Kumite	Jiyu Ippon Kumite (Oi-Tsuki Jodan, Oi-Tsuki Chudan, Mae-Geri, Yoko Geri, Mawashi-Geri, Ushiro-Geri – Rechts en Links)

SHODAN	JKA
Kihon	SANBON RENZUKI (voorwaarts stappen) JOUDAN AGEUKE, GYAKUZUKI (achterwaarts stappen) CHUUDAN SOTOUKE, YOKOENPI, YOKOURAKEN UCHI, GYAKUZUKI (ZENKUTSUDACHI wisselen naar KIBADACHI, wisselen naar ZENKUTSUDACHI) (voorwaarts stappen) CHUUDAN UCHIUKE, KIZAMIZUKI, GYAKUZUKI (KOUKUTSUDACHI naar ZENKUTSUDACHI) (achterwaarts stappen) KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU NUKITE (voorwaarts stappen) MAEGERI (op de plaats), MAE GERI (voorwaarts stappen) MAWASHIGERI (voorwaarts stappen) YOKOGERI KEAGE (in KIBADACHI, rechts en links) (voorwaarts stappen) YOKOGERI KEKOMI (ZENKUTSUDACHI)
Kata	BASSAI DAI, KANKU DAI, ENPI of JION (keuze aan kandidaat)
Kumite	JYU IPPON KUMITE (JOUDAN JUNZUKI, CHUUDAN JUNZUKI, CHUUDAN MAEGERI, CHUUDAN YOKOGERI KEKOMI, JOUDAN MAWASHIGERI) – rechts en links • Geef je keuze aan tussen JOUDAN of CHUUDAN voor MAWASHIGERI