

Examenprogramma : 10 de Kyu



Groeten	
a. Ritsu-rei	Staande groet
b. Sei-za	Knielen
c. Za-rei	Zittend groeten
Standen	
a. Musubi dachi	
Valbreken	
a. Ushiro ukemi	
Dojo etiquette	
a. Zorg dat de dojo opgeruimd is	
b. Altijd buigen bij het binnenkomen en verlaten van de dojo	
c. Groet je mede karateka's in stilte	
d. Vinger en teennagels kortgeknipt	
e. Niet eten en drinken in de dojo	
f. Zorg dat je karate-gi zuiver is	
Kledij	
a. Draag de karate-gi correct	
b. Hoe de gordel knopen	
c. Hoe de karate-gi opplooien	
Japanse woorden	
a. Rei	Groet
b. Dojo	Oefenzaal Japanse vechtsporten
c. Seiza	Zitten
d. Onegai Shimasu	Geef ons een goede les
e. Arigato gozai ma shita	Hartelijk bedankt
Theoretische kennis	
a. Welke karate stijl wordt er beoefend ?	Wado-ryu
b. Oprichter van onze karate stijl	Hironori Ohtsuka