



PROGRAMA DE GRAUS

2n KYU

Cinturó blau infantil

Alumne/a:

REQUISITS

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Entrenar 5 mesos amb cinturó verd/blau- Kihon kata tsuki- Kihon kata uke- Kata<ul style="list-style-type: none">• Shiho tsuki no kata (6)• Kenpaku- Bunkai pinan shodan- Kumite<ul style="list-style-type: none">• Shiai kumite (combat de competició, reglamentat)- Tameshiwari<ul style="list-style-type: none">• Trencament lliure 1 fusta de 2cm | <ul style="list-style-type: none">- Go do shin<ul style="list-style-type: none">• Mai oblidaré l'esperit del primer dia• Mai oblidaré la cortesia i l'educació• Mai deixaré d'esforçar-me• Mai perdre el sentit comú• Mai pertorbaré l'harmonia- Dirigir l'escalfament |
|---|---|

Observacions:

Data examen:

Sensei:

Signatura:

RESULTAT