



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

7de kyu

Kandidaat 7de kyu

oranje band

geel-oranje band

KIHON :	oi tsuki jodan	vw	ZKD
	oi tsuki chudan	vw	ZKD
	gyaku tsuki	vw	ZKD
	age uke, gyaku tsuki	vw,aw	ZKD
	soto uke, gyaku tsuki	vw,aw	ZKD
	uchi uke, gyaku tsuki	vw,aw	ZKD
	gedan barai, gyaku tsuki	vw,aw	ZKD
	Shuto uke, nukite	vw,aw	KKD,ZKD
	mae geri (chudan en jodan)	vw	ZKD
	yoko geri kiage	zw	KD
	yoko geri kekomi	zw	KD
	mae washi geri,	vw	FD *
KUMITE :	nihon kumite (2 stappen)		
	oi tsuki jodan/chudan -	age uke, 2de maal soto uke, gts	
	oi tsuki chudan/mae geri -	soto uke, 2de maal gedan barai (uraken*), gts	
	Mae geri/mae washi geri -	gedan barai, 2de maal uchi uke (kiz tsuki*), gts	
KATA:	HEIAN SHODAN , HEIAN NIDAN		
DOJO KUN.	Ten eerste wees betrouwbaar en correct Ten eerste maak je karakter sterker Ten eerste begin altijd opnieuw (geef niet op) Ten eerste heb respect voor iedereen en alles Ten eerste gebruik geen geweld		
BELANGRIJKSTE :	goede kkd, kd, duidelijke kekomi en keage, Kime tijdens afweren		



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

7de kyu

Kandidaat 7de kyu

oranje band

geel-oranje 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 VERGUNNINGSBOEKJE

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

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

*JE SLAAGT 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 VERGUNNINGSBOEKJE

*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

SUCCESSION!