

Karate-do Almere exameneisen voor de 9^{de} kyu (wit met zwarte streep).

Technieken op de plaats en in beweging kunnen uitvoeren.

DACHI (standen)

Fudo Dach	Stabiele stand.
Musubi Dach	Verbinding, stand waarbij de hielen elkaar aanraken.
Zenkutsu Dach	Naar voren leunen, stand waarbij men naar voren leunt .

WAZA (technieken)

Seiken Tsuki (stoten met voorkant van de vuist)

Seiken Chudan Tsuki	Vuiststoot Midden zone
Seiken Gedan Tsuki	Vuiststoot Lage zone.
Seiken Jodan Tsuki	Vuiststoot Hoge zone

Seiken Uke (weringen met gebalde vuist)

Seiken Soto Uke	Wering van buiten naar binnen.
Seiken Gedan Barai	Lage wering.
Seiken Jodan Uke	Hoge wering.

Geri (trappen)

Mae Geri Chudan	Voorwaartse trap met de bal van de voet.
Mawashi Geri Chudan	Halfronde trap met de wreef van de voet.
Yoko Geri Chudan	Zijwaartse trap met de zijkant en hiel van de voet.

KATA (schijngevecht met meerdere tegenstanders)

Zenkutsu Dach Kata wordt in drie stappen uitgevoerd

Seiken Oi Chudan Tsuki; Seiken Oi Gedan Tsuki; **Seiken Oi Jodan Tsuki.**
Seiken Soto Uke; Seiken Gedan Barai; **Seiken Jodan Uke.**
Mae Geri Chudan; Mawashi Geri Chudan; **Yoko Geri Chudan.**

TAIKYOKU SONO ICHI; TAIKYOKU SONO NI

KUMITE

Ippon Kumite (uitgevoerd met bovenstaande Waza); Jiyu Kumite (vrij oefening Semi Contact)

EXAMEN VRAGEN

Alle examenvragen voor de 10^{de} kyu

1. Wat betekent Kyokushinkai= De weg van de uiterste waarheid.
Kyoku= het uiterste shin= waarheid, realiteit kai= samenwerking
2. Wie is de grondlegger van de Kyokushinkai karate-do stijl= Matsutatsu (Mas) Oyama.
3. Hoe noemen we witte band in het Japans.
shihiro=wit obi=band
4. Noem de drie zones in Japans.
Chudan= midden zone Jodan= hoge zone Gedan= lage zone
5. Wat betekent Seiken.
Ken= vuist, zwaard Seiken= voorkant van de vuist, gebalde (gesloten) vuist