



## **PROGRAMA DE EXAME 2017**

Obs.: Os candidatos a 6º Dan e acima farão somente Kata e Bunkai ver na sessão de kata

### **KIHON**

#### **CANDIDATOS A 1º DAN**

1. SANBON ZUKI (ZE).
2. AGE UKE com GYAKU ZUKI (ZE).
3. UCHI UKE seguido de KIZAME ZUKI e GYAKU ZUKI (ZE).
4. SOTO-UKE (ZE) seguido de YOKO EMPI + SHOMEN URAKEN (KI) e GUIAKU-ZUKI (ZE).
5. SHUTO UKE (KO) seguido de GYAKU NUKITE (ZE).
6. SHUTO UKE (KO) e KIZAMI GERI seguido de GYAKU-ZUKI (ZE).
7. GEDAN BARAI (KI) e GUIAKU ZUKI (ZE).
8. REN GERI (ZE) - Chutes consecutivos – Alternando as pernas, executar MAE GUERI KEKOMI seguido de MAE GUERI KEAGE.
9. Executar com a mesma perna: MAE GERI seguido de MAWASHI GERI (ZE).
10. Executar com a mesma perna: MAWASHI GERI seguido de YOKO KEAGE (ZE).
11. Alternando as pernas: YOKO GUERI KEAGE + USHIRO GERI (ZE).
12. Executar com a mesma perna: MAE GERI + YOKO GERI + MAWASHI GERI + USHIRO GERI, finalizando com GEDAN BARAI seguido de GYAKU ZUKI (ZE).

#### **CANDIDATOS A 2º DAN E 3º DAN**

O mesmo KIHON de SHODAN mais os itens abaixo descritos:

1. Avançando com MAE GERI seguido de SAMBON ZUKI (ZE).
2. UCHI UKE (KO), executar no lugar um GYAKU ZUKI (ZE), avançar MAE GERI (ZE) com GYAKU ZUKI (ZE).

### **CANDIDATOS A 4º DAN E 5º DAN**

O mesmo Kihon de 1º, 2º e 3º Dan, mais os três itens abaixo:

1. MAE GERI (ZE), MAWASHI GERI (ZE) com a mesma perna URAKEN UCHI (ZE) e GYAKU ZUKI (ZE)
2. MAWASHI GERI (ZE), YOKO GERI KEKOMI (ZE) com a mesma perna, YOKO KENTSUI UCHI (KI) e GYAKU ZUKI (ZE)
3. URA MAWASHI GERI (ZE), MAWASHI GERI (ZE) com a mesma perna, SHUTO UCHI JODAN (ZE) e GYAKU ZUKI (ZE)

**Obs.:** (ZE) Zenkutsu Dachi , (KO) Kokutsu Dachi, (KI) Kiba Dachi.

### **KUMITE**

Será a critério da banca examinadora o número de apresentações e o tipo de kumitê.

### **CANDIDATOS A 1º DAN**

- **SHOTOKAN:** Jyu Ippon Kumite: (avisando o nível e tipo de golpe) ou Jyu Kumite ou Shiai Kumite.
- **GOJU-RYU, WADO-RYU, SHITO-RYU:** Yakosuku Kumite (combinado), de cada estilo ou Jyu Kumite ou Shiai Kumite.

### **CANDIDATOS A 2º, 3º, 4º E 5º DAN:**

- **SHOTOKAN:** Jyu Ippon Kumite, avisando somente o nível, com permissão de Nague Waza, ou Jyu Kumite ou Kumite Esportivo.
- **GOJU-RYU, WADO-RYU, SHITO-RYU:** Yakusoku Kumite com Nague Waza ou Jyu Kumite ou Shiai Kumite.

### **KATA**

### **CANDIDATOS PARA 1º DAN**

1. Apresentar KATA BÁSICO que será solicitado pela Banca Examinadora (um ou mais Kata), com BUNKAI.
2. Apresentar kata entre TEKKI SHODAN, TEKKI NIDAN e TEKKI SANDAN que será solicitado pela Banca Examinadora (um ou mais Kata), com BUNKAI.

3. Apresentar um KATA SUPERIOR escolhido entre os KATA ABAIXO (Escolha do examinado), com BUNKAI.

- Kanku-Dai e Jion (SHOTOKAN)
- Senpai e Saifa (GOJU-RYU)
- Santin e Bassai Daí (SHITO-RYU)
- Seisan e Chinto (WADO-RYU)

### **CANDIDATOS A 2º DAN E 3º DAN**

Um KATA sorteado entre os KATAS BÁSICOS, com BUNKAI.

**2º DAN:** TEKKI NIDAN e TEKKI SANDAN + dois KATA SUPERIOR de Livre escolha, com BUNKAI.

**3º DAN:** Três KATA SUPERIORES de Livre escolha, com BUNKAI.

### **CANDIDATOS A 4º DAN E 5º DAN**

**4º DAN:** Quatro KATAS SUPERIORES de Livre escolha, com BUNKAI.

**5º DAN:** Cinco KATAS SUPERIORES de Livre escolha, com BUNKAI.

### **CANDIDATOS A 6º DAN E ACIMA**

Seis KATAS SUPERIORES de Livre escolha, com BUNKAI.

## **APRESENTAÇÃO DO CURRÍCULO ATIVO**

Para 1º Dan: Currículo do tempo em que o candidato passou no 1º kyu.

Para 2º Dan: Currículo do tempo em que o candidato passou no 1º Dan.

Para 3º Dan: Currículo do tempo em que o candidato passou no 2º Dan.

Para 4º Dan: Currículo do tempo em que o candidato passou no 3º Dan.

Para 5º Dan: Currículo do tempo em que o candidato passou no 4º Dan.

Para 6º Dan e acima: Currículo do tempo em que o candidato passou no 5º Dan ou na graduação que antecede ao Dan pretendido e Memorial nos padrões da CBK.



**William Cardoso**  
Diretor Técnico CBK



**Luiz Carlos C. Nascimento**  
Presidente CBK