



Asociación Seito Karate-Do de Venezuela
International Karate Do Hayashi Ha Shito Ryu Kai
Federación Venezolana de Karate Do
Mitsuya Kai International

PROGRAMA TECNICO PARA SHODAN – HO Cinta Negra Kobudo Seito de Venezuela

TECNICAS DE DEFENSA CON BO

(UKE WAZA)

SUKUI UKE
AGE UKE
GEDAN UKE
SAKUTSU UKE

ESQUIVACION EN FORMA DE PALA
BLOQUEO AMBAS MANOS HACIA ARRIBA BO
BLOQUEO BORDE INFERIOR PALMA
BLOQUEO PUNTA DE BO LATERAL GEDAN

TECNICAS DE ATAQUES CON BO

(UCHI WAZA)

TSUKI UCHI
TENDO UCHI
KIRIKAESHI UCHI
NOBEDO UCHI

GOLPE FRONTAL CON LA PUNTA DEL BO
GOLPE DE ARRIBA HACIA ABAJO PUNTA BO
GOLPE HACIA LA BARBILLA CON EL BO
GOLPE DE EXTENSION CON EL BO

ATAQUES CON LAS PIERNAS Y BO

(KERI WAZA)

MAE GERI / ZUKI BO
MAWASHI GERI / TENDO UCHI
YOKO GERI / SAKUTSU UCHI
USHIRO GERI / TSUKI USHIRO

PATADA FRONTAL ATAQUE PUNTA DE BO
PATADA CIRCULAR ATAQUE BO CABEZA
PATADA LATERAL ATAQUE HACIA ABAJO
PATADA HACIA ATRÁS ATAQUE BO ATRÁS

TECNICAS DE KATA Y BUNKAIS

(FORMAS Y EXPLICACION)

SHODAN NO KUN / NIDAN NO KUN
SANDAN NO KUN / SUNAKAKENOKON
SUSHI NO KUN DAI / KOBONO KUN

KAMA NO KIHON / NICHU NO KAMA
NUNCHAKUS ICHI – NI – SAN
IAIDO (CUATRO BÁSICOS EN SEIZA)



Asociación Seito Karate-Do de Venezuela
International Karate Do Hayashi Ha Shito Ryu Kai
Federación Venezolana de Karate Do
Mitsuya Kai International

TECNICAS DE ATAQUE CON EL BO

(IPPON KUMITE)

IPPON KUMITE 1 AL 8 (CON EL BO)

IPPON KUMITE 1 LA 3 / KAMA KATANA

IAIDO NO KIHON / NUNCHAKUS KIHON

TERMINOLOGIA BASICA DEL BO

DATOS HISTORICOS DEL BO

PARTES DE LA KATANA

DATOS HISTORICOS DE LA KATANA

PARTES DEL NUNCHAKU

DATOS HISTORICOS DEL NUNCHAKU