



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