Seito Karate Do de Venezuela

PLANILLA DE EXAMEN PARA NARANJA RAYA VERDE

NOMBRE: **EDAD:** **DOJO:**

GRADO ACTUAL: **MENYO:** **PASAPORTE:**

FECHA DE EXAMEN: **SENSEI DEL ALUMNO:**

DESCRIPCIÓN	LE	L	PA	PI	NCT	DESCRIPCION	LE	L	PA	PI	NCT
UCHI WAZA						KATAS					
URAKEN UCHI						HEIAN SHODAN					
YOKO ZUKI						HEIAN SANDAN					
NUKITE UCHI											
MAITE ZUKI						TECNICAS					
URA ZUKI						SAMBON GERI ICHI					
UKE WAZA						TENCHIN 1,2,3					
SHO OSAE UKE						T-GERI KIHON					
SHO NAGASHI UKE						GERI KATA					
MOROTE UKE											
HAIWAN UKE						DESARROLLO					
SHUTO UKE						BALANCE					
GERI WAZA						ESPIRITU					
MAE GERI YODAN						RESPIRACION					
MAWASHI GERI YODAN						DESPLAZAMIENTO					
YOKO GERI KEKOMI						VISTA					
USHIRO KAKATO GERI						FOCO					
						KIME					
POSICIONES						HIKITE					
ZENKUTZU DACHI						MAWATE					
SHIKO DACHI						KUMITE					
NEKO ASHI DACHI						TECNICA BASICA					
SU DACHI						ATAQUE					
						DEFENSA					
VOCABULARIO						DISTANCIA					
HISTORIA						KIAI					
SEGURIDAD						TOKUI KATA					
CONDICION FISICA											
ESFUERZO											
PRESENTACION											

OBSERVACIONES:

RECOMENDACIONES:

APROBACION SI: **NO:**

CALIFICACION: FIRMA ALUMNO FIRMA DIRECTOR TECNICO