Seito Karate Do de Venezuela

PLANILLA PARA EXAMEN DE CINTURON NARANJA

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

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

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

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

OBSERVACIONES

RECOMENDACIONES:

APROBACION SI: **NO:**

CALIFICACION: FIRMA ALUMNO FIRMA DIRECTOR TECNICO