



# Seito Karate Do de Venezuela

PLANILLA PARA EXAMEN DE CINTURON NEGRO SHODAN (1er. DAN )

<b>NOMBRE:</b>						<b>EDAD:</b>					<b>DOJO:</b>					
<b>GRADO ACTUAL:</b>						<b>MENYO:</b>					<b>PASAPORTE:</b>					
<b>GRADO A PRESENTAR:</b>						<b>FECHA DE EXAMEN:</b>										
DESCRIPCIÓN	LE	L	PA	PI	NCT	DESCRIPCION	LE	L	PA	PI	NCT					
UKE WAZA						KATAS										
SOKUMEN AWASE						SAIFA										
GEDAN KAKE UKE						SANSEIRU										
SHO SUKUI UKE						BASSAI SHO										
RYOSHO TSUKAMI						SANCHIN										
						TECNICAS										
UCHI WAZA						SAMBON GERI SHI										
SEIKEN MAWASHI ZUKI						TENCHIN 1,2,3, 4, 5, 6										
SEIKEN KAGI ZUKI						TENCHIN 7, 8										
SEIKEN HEIKO ZUKI						T-GERI KIHON										
SEIKEN AZAMI ZUKI						GERI KATA										
DAN ZUKI						DESARROLLO										
GERI WAZA						BALANCE										
SOKUTO OSAE UKE						ESPIRITU										
SOKUTEI OSAE UKE						RESPIRACION										
SOKUBO KAKE UKE						DESPLAZAMIENTO										
ASHIKUBI KAKE UKE						VISTA										
						FOCO										
POSICIONES						KIM E										
ZENKUTZU DACHI						HIKITE										
SHIKO DACHI						MAWATE										
NEKO ASHI DACHI						KUMITE										
SU DACHI						TECNICA BASICA										
						ATAQUE										
VOCABULARIO						DEFENSA										
HISTORIA						DISTANCIA										
SEGURIDAD						KIAI										
CONDICION FISICA						UKEMI WAZA										
ESFUERZO						USHIRO UKEMI										
PRESENTACION						ZEMPO KAITEN UKEMI										
<b>OBSERVACIONES:</b>																
<b>RECOMENDACIONES:</b>																
APROBACION SI: NO:																
CALIFICACION:					FIRMA ALUMNO					FIRMA DIRECTOR TECNICO						