

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN KAİ DAN SINAV SORULARI
1.DAN

(KİHON GYAKU) TEMEL TEKNİKLER

1) Uygulama şekli : Sanchin-Dachi’de yapılacak.

İDO GYAKU TEKNİKLERİ

1.Başlangıç Zenkutsu dachi –Kamete : 1.Mae Geri Zenkutsu dachi 2. Mawashi Geri Zenkutsu dachi 3.Yoko Geri Zenkutsu dachi (Mawette Zenkutsu dachi –Kamete)

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

2.Başlangıç Zenkutsu Dachi Gedan Barai : Mae Geri Seiken Chudan Oi-Tsuki (Mawette Gedan Barai)

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

3.Başlangıç 90 derece Kiba Dachi Kamete : Mae Kosa Yoko Geri Ushiro Geri (2 Tekrar Mawette 90 dereceKiba Dachi Kamete)

Uygulama sekli : iki adım ileri dönüş aynı teknikle geri

4.Başlangıç Zenkutsu Dachi Gedan Barai : Zenkutsu Dachi’de Jodan Uke Jodan Seiken Gyaku Tsuki Zenkutsu Dachi’de Soto Uke Chudan Seiken Gyaku Tsuki
Zenkutsu Dachi’de Uchi Uke Chudan SeikenGyaku Tsuki (Mawette Zenkutsu Dachi’de Gedan Barai Gedan Seiken Gyaku Tsuki)

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

5.Başlangıç Zenkutsu Dachi Gedan Barai : Tek adımda Kokutsu Daci Uchi Uke Zenkutsu Dachi’de ChudanGyaku Tsuki. (Mawette Kokutsu Daci Uchi Uke Zenkutsu Dachi’de Chudan Gyaku Tsuki)

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

6.Başlangıç : Zenkutsu Dachi Gedan Barai Gyaku Tsuki : Jodan Mawashi Geri Gyaku Tsuki (MawetteZenkutsu Dachi Gedan Barai Gyaku Tsuki)

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

7. Başlangıç Kokutsu Dachi Shuto Mawashi Uke : Kiba Dachi Jun Tsuki Kiba Dachi Kaiten Tettsui

Uygulama sekli : bir adım ileri dönüş aynı teknikle geri

8.Başlangıç Zenkutsu Dachi Gedan Barai : Tek adımda yon cu go Kiba Dachi Gedan Barai - ZenkutsuDachi Gyaku Tsuki (Mawette yon cu go Kiba Dachi Gedan Barai - Zenkutsu Dachi Gyaku Tsuki)

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

9.Başlangıç Zenkutsu Dachi Gedan Barai Gyaku Tsuki : Tek adımda yon cu go Mae Geri – aynı ayakla ters tarafa yon cu go Yoko Geri –Uraken Gyuku Tsuki (Mawette Zenkutsu Dachi Gedan Barai GyakuTsuki)

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

10.Başlangıç Zenkutsu Dachi Gedan Barai Gedan Tsuki : Zenkutsu Dachi'de Jodan Uke Jodan Tsuki Zenkutsu Dachi'de Soto Uke Chudan Tsuki Kokutsu Dachi'de Uchi Uke Chudan Tsuki(Mawette Kiba Dachi'de Gedan barai Gedan Tsuki)

Uygulama sekli : ileri dönüş aynı teknikle geri

11.Başlangıç Kokutsu Dachi Shuto Mawashi Uke : Oi-Mae Geri Kokutsu Dachi'de Shuto Mawashi Uke –Morote Tsuki (Sagari)

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

12Okuri Ashi ,Fumi Ashi ,Oi Ashi ,Kosa (Sagari)

13.Başlangıç Kumite No Kamete : Jodan Mawashi Geri- Ushiro Mawashi Geri – Jodan Mae Geri – JodanMawashi Geri – Ushiro Mawashi Geri

Uygulama sekli : Gohon kumite

KATA

Pinan sono ichi-ni-san-yon-go

Pinan sono ichi-ni uro

Sokugi kata taikyoku sono ichi – ni - san

Tekkı sana ichi kata – tensho kata – gekısai sono ichi-ni kata

Saıfa kata- Yantsu kata- Bassai kata - Tsukino kata

KUMİTE

İPPON KUMİTE

İppon Kumite:İchi Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Chudan Tsuki Uke : Chudan Soto Uke –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

İppon kumite:Ni Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai Codan Tsuki Uke : Uchu uke – Uraken gammen uchi (kiai)

İppon Kumite:San Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai- Jodan Oi-Tsuki Uke : Jodan Uke- Gyaku tsuki kake uke – Hiza Geri (kiai)

İppon Kumite:Yon Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Chudan Oi-Tsuki Uke : Soto uke- gyaku jodan tata tsuki –soto uke

İppon Kumite:Go Tori :go Jyuji Gedan Barai – Mae Geri Uke : Gedan Barai –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

İppon Kumite:Roku Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Jodan Tsuki Uke : Jodan Uke – Jodan Mawashi Geri (Kiai)

Ji kumite 1dk x 10 maç

DAYANIKLILIK TESTİ

70 çök kalk ,70 mekik ,50 şınav ,sopa tutarak üzerinden atlama 15 tekrar

Birinci dana girecekler bu soruların hepsinden sorumludur.

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN KAI DAN SINAV SORULARI
2.DAN

(KIHON GYAKU) TEMEL TEKNİKLER

Uygulama şekli : Sanchin-Dachi'de Bütün el teknikleri yapılacak.

İDO GYAKU TEKNİKLERİ

1) (Z-D) G- barai G-tsuki jodan uke jodan gyaku tsuki soto uke gyaku tsuki kokusu daçi uçi uke gyaku tsuki mavate kiba daçi gedan baray gedan gyaku tsuki

Uygulama şekli : ileri dönüş aynı teknikle geri

2) (Z-Daçi)G-Baray Z-Daçi jodan uke Kokutsu-Daçi Soto uke Kiba-Daçi Gedan baray Z- Daçi Uçi uke çudan gyaku tsuki

Uygulama şekli : ileri dönüş aynı teknikle geri

3) (Z-Daçi)G-Baray= ushiro gedan barai mai geri gyaku tsuki chudan mavare yoko geri uchi uke codan gyaku tsuki

Uygulama şekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

4) (Z-D) gedan barai mai geri Jodan jodan uke Kokusu Dachi shuto mawashi ukeZenkusu dachi gyaku tsuki

Uygulama şekli :üç adım ileri dönüş geri

5) Kokutsu-Daçi/Shuto Mawashi uke kızamı Mae geri Shuto mawashi Uke/shotei osae uke Nukite Tensho gake uke Chudan **Gyaku-Tsuki**

Uygulama şekli :üç adım ileri dönüş geri

KATA

Pinnan sono ichi – ni uro –Sokogi kata sono ichi

Tekkı sana ichi kata – tensho kata – geksayi sono ichi - ni kata

Saifa kata- Yantsu kata Bassai kata Tsuki no kata

İPPON KUMİTE

Ippon Kumite:Ichı Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Chudan Tsuki Uke : Chudan Soto Uke –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

Ippon kumite:Ni Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai Codan Tsuki Uke : Uchu uke – Uraken gammen uchi (kiai)

Ippon Kumite:San Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai- Jodan Oi-Tsuki Uke : Jodan Uke- Gyaku tsuki kake uke – Hiza Geri (kiai)

Ippon Kumitey:Yon Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Chudan Oi-Tsuki Uke : Soto uke- gyaku jodan Tate tsuki –soto uke

Ippon Kumite:Go Tori :go Jyuji Gedan Barai – Mae Geri Uke : Gedan Barai –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

Ippon Kumite:Roku Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Jodan Tsuki Uke : Jodan Uke – Jodan Mawashi Geri (Kiai)

Yakuzoku ippon kumite :Z-D gedan barai-jodan oi tsuki-Üç adım ileri jodan uke Üç adım geri çıkarak jodan gyaku uke tsuki

SANBON KUMİTE :

Tori –(1) Z/D'de Seiken-Oi-Tsuki-Jodan (2) Seiken-Oi-Tsuki Chudan –(3) Seiken-Oi-Tsuki-Gedan.

Uke- (1)Seiken Jodan uke – (2) Seiken chudan soto uke (3) Seiken gedan barai – gyaku tuski seiken mae gedan barai

Jİ KUMİTE : Serbest müsabaka

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN KAI DAN SINAV SORULARI

3.DAN

(KIHON GYAKU) TEMEL TEKNİKLER

Uygulama şekli : Sanchin-Dachi'de Bütün el teknikleri yapılacak.

İDO GYAKU TEKNİKLERİ

1)(Yoncu go Kib-D) gedan barai uraken şita uchi yoncu go mawashi hiji ate kake dachi uraken uchi geri çıkararak kiba dachi gedan barai uraken şita uchi

Uygulama şekli : üç adım ileri Donüş aynısı yapılacak

2) (Z-D) gedan barai jodan mawashi geri uchi uke çudan gyaku tsuki mae aşi Kiba daçi jun sambon tsuki gedan barai gyaku tsuki

Uygulama şekli :İleri Dönüş aynısı yapılacak

3) (M-D)Kamayte=Jodan Mawashi Geri/Ushiro Mawashi Geri/Jodan Mae-Geri Jodan Mawashi Geri Jodan Ushiro Mawashi Geri Jodan= Gohon Kumite

Uygulama şekli :İleri Dönüş aynısı yapılacak.

4) (Ki-D)(kyu ju) G.baray=Kamayte Ushiro Kosa Daçi Jodan Yoko Geri Ushiro Geri Jodan Mawashi Geri

Uygulama şekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

5) (Kokutsu-D) Shuto mawashi uke yoko geri shtuo mawashi uke kokusu dachi co çudan moratezuki uchi uke gedan barai uraken gamen uchi gyaku tsuki

Uygulama şekli :İleri Dönüş aynısı yapılacak

KATA

Pinan sono ichi – ni-san uro – Sokogi kata sono ichi-ni (Tekki Kata içi ni)

Gek sai Sono İchi - Ni kata-Tensho kata Yantsu kata

Sayha kata-Tsuki no kata –kata Bassai

İPPON KUMİTE

İppon Kumite:İchi Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Chudan Tsuki Uke : Chudan Soto Uke –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

İppon kumite:Ni Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai Codan Tsuki Uke : Uchu uke – Uraken gammen uchi (kiai)

İppon Kumite:San Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai- Jodan Oi-Tsuki Uke : Jodan Uke- Gyaku tsuki kake uke – Hiza Geri (kiai)

İppon Kumite:Yon Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Chudan Oi-Tsuki Uke : Soto uke- gyaku jodan tate tsuki –soto uke

İppon Kumite:Go Tori :go Jyuji Gedan Barai – Mae Geri Uke : Gedan Barai –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

İppon Kumite:Roku Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Jodan Tsuki Uke : Jodan Uke – Jodan Mawashi Geri (Kiai)

Yakuzoku İppon Kumite : Tori : (Z-D) Gedan barai ilerleyerek chudan oi tsuki-

Uke :Z-D soto mawashi uke-üç adım geri son teknik chudan yoko geri kage wake uke

SANBON KUMİTE :

Tori –(1) Z/D'de Seiken-Oi-Tsuki-Jodan (2) Seiken-Oi-Tsuiki Chudan –(3) Seiken-Oi-Tsuki-Gedan.

Uke- (1)Seiken Jodan uke – (2) Seiken chudan soto uke (3) Seiken gedan baray gyaku

Jİ KUMİTE : Serbest müsabaka

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN KAI DAN SINAV SORULARI

4.DAN

(KIHON GYAKU) TEMEL TEKNİKLER

Uygulama şekli : Sanchin-Dachi'de Bütün el teknikleri yapılacaktır.

İDO GYAKU TEKNİKLERİ

1) (S-D) Kamayte=Çudan Gyaku Tsuki aynı el ucu uke uraken gamen ucu hiji ucu tetsuyi ucu

Uygulama şekli : Üç adım ileri mawate dönüş aynı teknik geri

2) (Ze-D) Gedan baray-Mae Geri jodan uke mawashi geri kukusu daçi soto uke yoncu go yokogeri gedan baray kuju kake geri juntsuki ushiro mawashi geri sancin daçi ucu uke gyaku tsuki

Uygulama şekli : Mae zakari kaiten K zakari

3) (Z-D) G baray G tsuki= mae geri G-tsuki mawashi geri G-yaku tsuki yoko geri G-tsuki ushiro geri gayaku tsuki

Uygulama şekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

4) (Ze-D) G- baray-Yoncu go- kiba daçi ucu uke gyaku tsuki yoncu go- yoko geri uraken çudan gyaku tsuki

Uygulama Şekli: üç adım ileri mawate aynı teknik geri

5) Ze-D) G baray-jodan uke aynı el- G- baray Gyaku soto uke Gyaku ucu uke (Kokutsu-D) Mae geri shuto mawashi uke shotei osae uke nukite tensho uke gyaku tsuki yoncu go kiba daçi mawashi hiji ate uraken gedan baray gyaku tsuki.

Uygulama şekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

KATA

Pinan sono ichi – ni-san-yon uro – Sokoki kata sono ichi-ni-san

Geki sai Sona İchi - Ni kata- Bassai- kata Tekki sona ichi ni Tensho kata

Seienchin kata-Tsuki no kata-Yantsu kata – Geki sai sona San kata-saifa kata-seipai kata

İppon Kumite:İchi Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Chudan Tsuki Uke : Chudan Soto Uke –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

İppon kumite:Ni Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai Codan Tsuki Uke : Uchu uke – Uraken gammen uchi (kiai)

İppon Kumite:San Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai- Jodan Oi-Tsuki Uke : Jodan Uke- Gyaku tsuki kake uke – Hiza Geri (kiai)

İppon Kumite:Yon Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Chudan Oi-Tsuki Uke : Soto uke- gyaku jodan tate tsuki –soto uke

İppon Kumite:Go Tori :go Jyuji Gedan Barai – Mae Geri Uke : Gedan Barai –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

İppon Kumite:Roku Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Jodan Tsuki Uke : Jodan Uke – Jodan Mawashi Geri (Kiai)

YAKUZOKU İPPON KUMİTE :

Tori: (Z-D) kage wake uke-3 adım ilerleyerek chudan mae geri

uke : (Z-D) 3 adım geri çıkarak gedan barai son teknik chudan gyaku tsuki

SANBON KUMİTE :

Tori –(1) Z/D'de Seiken-Oi-Tsuki-Jodan (2) Seiken-Oi-Tsuki Chudan –(3) Seiken-Oi-Tsuki-Gedan.

Uke- (1)Seiken Jodan uke – (2) Seiken chudan soto uke (3) Seiken gedan barai – gyaku tsuki seiken mae gedan barai

Jİ KUMİTE : Serbest müsabaka

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN KAİ DAN SINAV SORULARI

5.DAN

(KİHON GYAKU) TEMEL TEKNİKLER

Uygulama şekli : Sanchin-Dachi'de Bütün el teknikleri yapılacak.

İDO GYAKU TEKNİKLERİ

1) (Z-D) Gedan Baray=İJodan uke gyaku tsuki Mae geri Kokusu daçi shoto mawahsı uke soto uke gyaku tshki mawashi geri soto uke gyaku tsuki (YONCU GO-Ki-D)Uçi Uke gyaku tsuki yoncu go yoko geri gyaku tsuki

Uygulama sekli : iler mavate gedan baray aynı teknik geri yapılacaktır.

2) (S.D kamayte) uchi uke gyaku tsuki ,codan mawashi geri yoko tetsui uchi codan oitsuki şuto sakasu uchi komi ,

Uygulama sekli : üç adım ileri mavate dönüş aynı teknikle geri

4) (Z-De)G Baray=Jodan uke gedan baray gyaku soto uke uçi uke öne kukusu daçi shuto mavashi uke shotei osae uke nukite kake uke gyaku tshuki(K-D)Hiji ate uraken uçi gedan baray gyakutshuki

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

5) (Kiba-De- Ku- ju)G Baray=kamayte ushro kosa daçi yoko geri ushiro geri ushiro mawashi geri

Uygulama sekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

(Z-D) Gedan Baray=ilerliyerek gedan baray gyaku tsuki sagari kokusu daçi uçi uke gyaku tsuki

KATA

Pinan sono ichi ni san-yon-go uro – Sokoki kata sono ichi-ni-san-yon

Bassayi- kata-Geki sai Sona İchi Nİ kata tekki kata içhi ni Tensho kata Seienchin kata- Tsuki no kata-Yantsu kata - Geki sai Sona san kata

Saifa kata-Seipai kata- Gayru kata - Kanku kata

İppon Kumite:İchi Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Chudan Tsuki Uke : Chudan Soto Uke –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

İppon kumite:Ni Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai Codan Tsuki Uke : Uchu uke – Uraken gammen uchi (kiai)

İppon Kumite:San Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai- Jodan Oi-Tsuki Uke : Jodan Uke- Gyaku tsuki kake uke – Hiza Geri (kiai)

İppon Kumite:Yon Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Chudan Oi-Tsuki Uke : Soto uke- gyaku jodan tate tsuki –soto uke

İppon Kumite:Go Tori :go Jyuji Gedan Barai – Mae Geri Uke : Gedan Barai –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

İppon Kumite:Roku Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Jodan Tsuki Uke : Jodan Uke – Jodan Mawashi Geri (Kiai)

YAKUZOKU İPPON KUMİTE

Tori : Z-D kage wake uke 3 adım ileri gedan mawashi geri Uke: Z-D kage wake uke 3 adım geri çıkarak hiza uke son teknik jodan mawashi geri

SANBON KUMİTE :

Tori –(1) Z/D'de Seiken-Oi-Tsuki-Jodan (2) Seiken-Oi-Tsuiki Chudan –(3) Seiken-Oi-Tsuki-Gedan.

Uke- (1)Seiken Jodan uke – (2) Seiken chudan soto uke (3) Seiken gedan barai – gyaku tuski seiken mae geden barai

Jİ KUMİTE : Serbest müsabaka

TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU
KYOKUSHİN KAI DAN SINAV SORULARI
6.DAN

(KIHON GYAKU) TEMEL TEKNİKLER

Uygulama şekli : Sanchin-Dachi'de yapılacak

İDO GYAKU TEKNİKLERİ

1) (Z-D) Gedan Baray gyaku tsuki=yoncu go mae geri aynı ayak yoncu go yoko geri uraken gyaku tsuki

Uygulama şekli : üç adım ileri mawate dönüş aynı teknikle geri

2) ku ju Kiba dachi) gedan barai ,mai kake dachi yoko geri jun tsuki ,yoko tetsui uchi,uchi uke gedan barai,uraken gammen uchi ,jun gedan barai

Uygulama şekli : üç adım ileri mawate dönüş aynı teknikle geri

3) (Z.D) gedan barai,mai geri codan codan uke gyaku tsuki,kokusu dachi şuto mawashi uke zenkusu dachi gyaku tsuki,kiba dachi jun sambon tsuki,zenkusu dachi uchi uke gedan barai gyaku tsuki

Uygulama şekli : üç adım ileri mawate dönüş aynı teknikle geri

4)(yon cu go K.D.) gedan barai yon cu go yoko geri yoncu go kiba dachi jun tsuki jun gedan barai

Uygulama şekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

5)(Z.D) gedan barai ,ushirashi ushiro kiba dachi jun gedan barai ,ushiro mavari heiko dachi codan mai geri codan uke gyaku tsuki

Uygulama şekli : üç adım ileri dönüş aynı teknikle geri

KATA

Pinan sono ichi – ni-san-yon-go uro – sokoki kata sono ichi-ni-san-yon go

Geki sai dai kata-Bassai kata tekki sana içi ni san Tensho kata

Seienchin kata-Tsuki no kata-Yantsu kata – Geki sai sana san kata-Saifa kata-Seipai kata- Gyru Kanku kata sushiho kata

KUMİTE

İPPON KUMİTE

Ippon Kumite:Ichi Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Chudan Tsuki Uke : Chudan Soto Uke –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

Ippon kumite:Ni Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai Codan Tsuki Uke : Uchu uke – Uraken gammen uchi (kiai)

Ippon Kumite:San Tori: Zenkutsu Dachi Gedan Barai- Jodan Oi-Tsuki Uke : Jodan Uke- Gyaku tsuki kake uke – Hiza Geri (kiai)

Ippon Kumite:Yon Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Chudan Oi-Tsuki Uke : Soto uke- gyaku jodan Tate tsuki –soto uke

Ippon Kumite:Go Tori :go Jyuji Gedan Barai – Mae Geri Uke : Gedan Barai –Gyaku Sekin Chudan Tsuki (Kiai)

Ippon Kumite:Roku Tori : Zenkutsu Dachi Gedan Barai – Seiken Jodan Tsuki Uke : Jodan Uke – Jodan Mawashi Geri (Kiai)

YAKUZOKU İPPON KUMİTE

Tori : Z-D- jyuji gedan barai 3 adım ileri gedan mawashi geri Uke: Z-D kage wake uke 3 adım geri çıkarak hiza uke son teknik jodan mawashi geri

Ji Kumite: serbest müsabaka