



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE KARATÊ-DÔ

Entidade Nacional de Administração do Desporto Karatê

Entidade Oficial Amparada pela Lei Nº 9.615/98

Filiada à WORLD FEDERATION OF KARATÊ-DÔ - WFK

DEPARTAMENTO NACIONAL DE GRADUAÇÃO

CNPJ. 52.271.564/0001-62



MATERIA DE EXAME FAIXA PRETA 1º. DAN

CARÊNCIA OFICIAL CBKD – Art. 67 – idade mínima 12 anos completos – comprovação oficial de 12 meses no 1º. KYU.

ESTILO SHORIN-RYU

A-KIHON

01	SONOBA ZUKI (kiba dachi) ou (Naihanchi dachi)	10 repetições	---
02	OI ZUKI (jodan-zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
03	MAE GUERI/OI ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Volta
04	GYAKU ZUKI (tchudan-zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
05	MAE GUERI/GYAKU ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Volta
06	SAMBON ZUKI (tchudan-zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
07	JODAN UKE/GYAKU ZUKI (jodan-zenkutsu dachi)	05 repetições	Recuar
08	GUEDAN BARAI(fudo dachi)/GYAKU ZUKI(zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
09	UTIUKE (fudo-dachi)/ GYAKU ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Recuar
10	SOTO UKE (fudo-dachi)/GYAKU ZUKI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
11	SHUTO UKE/(nekoashi)/NUKITE (zenktsu dachi)	05 repetições	Recuar
12	MAE GUERI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
13	MAWASHI GUERI (zenkutsu dachi)	05 repetições	Volta
14	KOSSA YOKO GUERI (shiko dachi)	03 repetições	Ida e Recuar

Juvenil – Dyu Ippon Kumite (Avaliação da banca) e Adulto - 01 ou 02 Dju Kumite (Solicitação e Avaliação da Banca).

B - KATÁ - Obrigatório: Pinan Shodan até o Godan e Naihanchi

C - KATÁ - Optativo: Passai-Sho e Kushanku-Sho

D-KUMITÊ – até infante-juvenil-juvenil-Dyu Ippon Kumitê + (Avaliação da Banca) e Adulto – 01 ou 02 Dju Kumitê (Solicitação e Avaliação da Banca)

E - ARBITRAGEM – Noções de Arbitragem e Primeiros Socorros

Poderão participar do Exame de Graduação todos os alunos, atletas e professores com Carência Oficial.

1º Kyu para o 1º Dan	1 ano no 1º Kyu – Idade Mínima 12 anos
1º Dan para 2º Dan	2 anos no 1º Dan - Idade Mínima: 18 Anos
2º Dan para 3º Dan	3 anos no 2º Dan - Idade Mínima: 21 Anos
3º Dan para 4º Dan	4 anos no 3º Dan - Idade Mínima: 25 Anos
4º Dan para 5º Dan	5 anos no 4º Dan - Idade Mínima: 30 Anos