



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 3º, 4º, E 5º DAN

CARÊNCIA OFICIAL CBKD – Art. 67 –idade mínima 21 anos completos – comprovação oficial de 36 meses no 2º. DAN.

CARÊNCIA OFICIAL CBKD – Art. 67 –idade mínima 25 anos completos – comprovação oficial de 48 meses no 3º. DAN.

CARÊNCIA OFICIAL CBKD – Art. 67 –idade mínima 30 anos completos – comprovação oficial de 60 meses no 4º. DAN.

ESTILO SHOTOKAN

A-KIHON

01	SONOBA ZUKI (kiba dachi)	10 repetições	---
02	OI ZUKI (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 (jodan/tchudan/tchudan-zenkutsu dachi)	05 repetições	Ida
07	SHUTOUKE/KIZAME MAE GUERI (kokutsu)/GYAKU NUKITE(zenkutsu dachi)	05 repetições	Recuar
08	(avançar)NIHONZUKI, (recua)GUEDAN BARAI e (avança) MAE GUERI/TCHUDAN	05 repetições	Ida
09	AGUEUKE(recuar)/MAWASHI GUERI/URAKEN/OI ZUKI(avançar)	05 repetições	Volta
10	KIZAME MAE GUERI/MAWASHI GUERI (troca perna)	05 repetições	Ida
11	KIZAME GUERI/MAWASHI GUERI (troca perna)	05 repetições	Volta
12	MAE GUERI/MAWASHI GUERI – zenkutsu dachi C/A MESMA BASE)	05 repetições	Ida
13	MAE GUERI/YOKO GUERI – com a mesma base 90º p/lado	05 repetições	Volta
14	YOKO GUERI KEAGUE (kiba dachi)	03 repetições	Ida
15	YOKO GUERI KEKOMI (kiba dachi)	03 repetições	Volta
16	YOKO GUERI/USHIRO GUERI (kiba dachi, trocando a base)	03 repetições	Ida
17	USHIRO GUERI/YOKO GUERI (kiba dachi, trocando a base)	03 repetições	Volta

B - KATÁ Para 3.4 Dan - Obrigatório: Tekki 3º, Empi, Gankaku e Hanguetsu e um Kata da série Heian solicitado pela banca examinadora (Optativo: Qualquer kata do estilo diferente do obrigatório, inclusive do obrigatório de 1º e 2º Dan) e apresentar BUNKAI (aplicação) de duas partes do kata apresentado.

C – KATÁ Para 5. Dan - Obrigatório: 2 (dois) kata diferentes dos obrigatórios de 1º e 2º Dan - apresentar BUNKAI (aplicação) de duas partes de cada kata apresentado. Obs.: Para BUNKAI, o(s) candidato(s) poderá trazer colega de treino.

B-KUMITÊ – Para 3.4. e 5.Dan: 01 ou 02 Dju Kumitê. (Solicitação e Avaliação da Banca).

C - ARBITRAGEM – Noções de Arbitragem e Primeiros Socorros

E - EXAME ORAL – Para o 5. DAN – Pergunta Gerais

Poderão participar do Exame de Graduação todos os 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