

COVID-19

ESTRUCTURA EXCEPCIONAL

EXAMEN DE 4º DAN

⇒ BUNKAI (KATA SUPERIOR)

- ✓ El Bunkai lo realizara con adversario imaginario
- ✓ El aspirante realizara una explicación práctica de cualquier utensilio utilizado para la mejora técnica o física de la práctica del Karate. Dicho ejercicio tendrá una duración máxima de 4 minutos.

⇒ OYO WAZA

- ✓ Lo hará con adversarios imaginarios

⇒ KATA

- ✓ El Tribunal pediría, a parte de los dos voluntarios, un tercero de su lista

FASE DE KUMITE

El aspirante realizará **DOS** combates de Jyu Kumite con una duración de **60** segundos. Entre cada combate habrá un descanso de **30** segundos.

Se penalizará con rigor la falta de preparación física.

CRITERIOS DE VALORACIÓN FASE DE KUMITE

1. Los criterios a valorar por los jueces serán los siguientes:
2. variedad y calidad de los fundamentos técnicos.
3. número de acciones técnicas al saco.
4. variedad y calidad de los desplazamientos.
5. fase preparatoria de la acción técnica. (fintas, amagos, gestos de desequilibrio,etc.)
6. simetría tanto en el uso de los brazos como de las piernas.
7. uso combinado de las acciones técnicas.
8. Precisión.
9. Control.

www.fankarate.com

Aristófanos 4 planta 1ª local 6- 29010 Málaga

secretaria@fankarate.com

951388817/683934323

Con respecto a los gestos técnicos se perseguirá que sean realizados de acuerdo con los aspectos del Jyu Kumite para otorgar validez a dichas acciones:

10. buena forma.
11. actitud marcial.
12. aplicación vigorosa.
13. zanshin
14. tiempo apropiado.
15. distancia correcta.

COVID-19

ESTRUCTURA EXCEPCIONAL

EXAMEN DE 5º DAN

⇒ BUNKAI (KATA SUPERIOR)

- ✓ El Bunkai lo realizara con adversarios imaginarios
- ✓ El aspirante realizara una explicación práctica de cualquier utensilio utilizado para la mejora técnica o física de la práctica del Karate. Dicho ejercicio tendrá una duración máxima de 4 minutos.

⇒ KATA

- ✓ El Tribunal pediría, a parte de los dos voluntarios, un tercero de su lista

FASE DE KUMITE

El aspirante realizará **DOS** combates de Jyu Kumite con una duración de **60** segundos. Entre cada combate habrá un descanso de **30** segundos.

Se penalizará con rigor la falta de preparación física.

CRITERIOS DE VALORACIÓN FASE DE KUMITE

1. Los criterios a valorar por los jueces serán los siguientes:
2. variedad y calidad de los fundamentos técnicos.
3. número de acciones técnicas al saco.
4. variedad y calidad de los desplazamientos.
5. fase preparatoria de la acción técnica. (fintas, amagos, gestos de desequilibrio, etc.)
6. simetría tanto en el uso de los brazos como de las piernas.
7. uso combinado de las acciones técnicas.
8. Precisión.
9. Control.

www.fankarate.com

Aristófanos 4 planta 1ª local 6- 29010 Málaga

secretaria@fankarate.com

951388817/683934323

Con respecto a los gestos técnicos se perseguirá que sean realizados de acuerdo con los aspectos del Jyu Kumite para otorgar validez a dichas acciones:

10. buena forma.
11. actitud marcial.
12. aplicación vigorosa.
13. zanshin
14. tiempo apropiado.
15. distancia correcta.

El Departamento Andaluz de Grados-D. Francisco Gutiérrez Martínez

www.fankarate.com
Aristófanos 4 planta 1ª local 6- 29010 Málaga
secretaria@fankarate.com
951388817/683934323

Adaptación a la Normativa de Grados de la Federación Andaluza de Karate por el Covid-19