



# KARATE SAVEZ UŽE SRBIJE

32000 ČAČAK

Gospodar Jovanova 7/1 tel./fax:032/222-626

t.račun 155-13541- 30; pib. 105407931



## PROGRAM ZA MAJSTORSKA ZVANJA

### I DAN

**KATE:** Basai dai/Kanku dai; Basai dai/ Empi; Ćion/ Kanku dai; Ćion/Empi.  
učeničke kate po izboru komisije.

**TEHNIKA:**

- Oi zuki/gjako zuki/ age empi uči/age empi/ gjako zuki/maj empi uči
- Soto uke/gjako zuki/uraken uči
- Šutio uke/aši maj geri/maj geri/nukite
- Uširo geri/uraken uči/gjako zuki
- Aši mavaši/mavaši geri/uraken/gjako zuki
- Prednji Aši baraj/uraken/gjako zuki
- Aši baraj/kizame zuki/gjako zuki
- Šiho zuki
- Balans (maj geri/jiko geri/uširo geri/mavaši geri – fudo dači)

**DOGOVORENI SPARING**

- Kizame zuki/gjako zuki-napad
- Maj geri/ kizame zuki – napad
- Mavaši geri (u glavu) – napad
- Maj geri – napad

**SLOBODNI SPARING**

### II DAN

**KATE:** Tri od navedenih.

Kanku šo;Basaj šo; Ćinte; Enpi; Sočin  
Učeničke po izboru komisije.

**TEHNIKA:**

- Kizame zuki/sambon zuki/uraken/gjako zuki
- Kizame zuki/gjako zuki/maj geri/kizame/gjako zuki
- Maj geri(noga nazad)/gedan baraj(u mestu)/joko geri/gjako zuki
- Aši baraj/mavaši geri/gjako zuki
- Šiho tate šuto gjako zuki
- Oi zuki (u mestu) gedan baraj (u nazad)/age uke/soto uke/ude uke/ kizame zuki/gjako zuki/šuto uke/ nukite (sve u mestu)/ maj geri (noga nazad)gjako zuki/mavaši geri(noga nazad) gjako zuki/uširo geri(noga nazad/gjako zuki

**DOGOVORENI SPARING**

Presretanja na tehniku oj zuki/maj geri  
Odbrana sa kontrom od aši baraj/kizame zuki/gjako zuki

**SLOBODAN SPARING**

### III DAN

**KATE:** Jedna od kombinacija:

Đite/Sočin/Hangencu; Kanku dai/Ćinte/Basaj šo; jedna majstorska kata po sopstvenom izboru; učeničke kate po izboru komisije.

**TEHNIKA:**

- Šiho tate šuto mai geri
- Kizame zuki/aši maj geri/mavaši geri/uraken/gjako zuki
- Mai geri/mavaši geri/joko geri/uširo geri
- Kizame zuki/aši baraj/uraken/mavaši geri/gjako zuki/aši mai geri/mai geri/joko geri (u stranu, spuštanje u kiba dači) joko geri (u drugu stranu)- kiba dači/uširo geri (u nazad)uširo geri (druga noga), aši mavaši/mavaši geri

**SLOBODAN SPARING**

### IV DAN

**KATE:** Kandidat ispitnoj komisiji prijavljuje 5 majstorskih kata koje moraju biti na listi odobrenih kata WKF. Komisija određuje jednu za izvođenje.

Kata po izboru kandidata, koja mora biti različita od prijavljenih kata.

Prikaz izabrane kate sa jednim, ili sa više partnera.

**KOMBINACIJA TEHNIKA:**

- kizame zuki/gjako zuki/mavaši geri/ ura mavaši geri/joko geri kekomi (istom nogom)/uraken uči/gjako zuki
- Aši mavaši/ura mavaši (istom nogom)/gjako zuki/joko deri kekomi/uširo geri/uraken/gjako zuki.
- balans tehnike: iz garda istom nogom, mae geri/ joko geri/uširo geri/ mavaši geri/ ura mavaši geri (noga nazad)

**JIYU KUMITE :** Prikaz tri specijalke bez i sa partnerom.

### V DAN

**KATE:** Kandidat ispitnoj komisiji prijavljuje 6 majstorskih kata, koje moraju biti na listi odobrenih kata WKF. Komisija određuje 2 za izvođenje.

Kata po slobodnom izboru kandidata koja mora biti različita od prijavljenih kata.

Prikaz izabrane kate sa jednim ili više partnera.

**KOMBINACIJA TEHNIKA:**

- Prikaz kombinacije od 20 tehnika po slobodnom izboru kandidata. Kombinacija mora biti sastavljena, tako da se tehnike izvode u kretanju, napred, nazad i u stranu.
- Prikaz tehnika po slobodnom izboru ispitne komisije

**JIYU KUMITE:** Prikaz 4 specijalke, bez partnera i sa partnerom.