

5° DAN il: _____ Ore di allenamento dall'ultimo esame _____

6° Dan

II. TESI

-
-
-
-
-

Kata di Libera composizione, possibilmente aggiungendo a quello di 5° dan, enbusen e bunkai descritti,

I. KIHON:

1 FEDERALI _____

2 CLUB

1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10	11	12	13	14	15
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

IV. KATA: UNO A SCELTA ANCHE NEI VARI METODI

1. R-V Se-To-**Eq** Se-To C S
2. T P K R E
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

11. **KATA DI LIBERA COMPOSIZIONE**, N.° _____, NOME: _____
ENBUSEN E BUNKAI SCRITTI E PRATICA: _____

V. KUMITE:

- *KATAKUMITE*
- *KATAME NO KATA*
- *INTERAZIONI OPPOSITIVE (JIU IPON)*
- *JIU*

GESTI ARBITRALI : con Bandiere: Tabulati: