



## Especificación Examen de Cinturón Marrón

### TSUKI

#### Waza (Técnicas

#### Puño)



#### Tsuki

- Sonoba tsuki | Sando tsuki
- Maete tsuki Gyaku tsuki

#### Dachi

- Naihanchidachi
- Gyaku no ashi

### UKE Waza (Técnicas

#### Defensa)



- Jodan uke | Gedan barai | Soto uke
- Uchi uke | Jyuji uke | Shuto uke

\* *“Jun tsuki no ashi” salvo “Shuto uke” en “Mahanmi no nekoashi dachi”*

- *(avanzando)*
- *(retrocediendo)*

\* *Dirección del movimiento*

### GERI






#### Waza (Técnica Pierna)



- Mae geri | Mawashi geri | Ushiro geri | Sokuto geri

\* *en posición “Jun tsuki no ashi”*



	Waza	Mawatte
<p><b>KIHON</b> <b>(Técnica</b> <b>Básica)</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Jun tsuki – Kette JunTsuki</li><li>▪ Gyaku tsuki – Kette GyakuTsuki</li><li>▪ Jun no tsukomi – Kette JunNoTsukomi</li><li>▪ Gyaku no tsukomi – Kette GyakuNoTsukomi</li><li>▪ Tobikomi tsuki – Nagashi tsuki</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <i>Jodan uke</i></li><li>▪ <i>Gedan barai</i></li><li>▪ <i>Jodan uke</i></li><li>▪ <i>Gedan barai</i></li><li>▪ <i>Hanmi kamae</i></li></ul>
<p><b>KATA</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pinan Yondan</li><li>▪ Pinan Godan</li></ul>	
<p><b>KIHON</b> <b>KUMITE</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ipponme</li><li>▪ Nihonme</li></ul>	
<p><b>JYU</b> <b>KUMITE</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Combate</li></ul>	
<p><b>Preguntas</b> <b>Teóricas</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Preguntas sobre técnica.</li><li>▪ Preguntas sobre historia Karate.</li></ul>	