

Accademia Italiana Karate e Arti Marziali

Livello	REGIONALE			NAZIONALE			
	Esame per:	SHODAN HO	1° Dan	2° Dan	3° Dan	4° Dan	5° Dan
Kihon	Junzuki Gyakuzuki J. Notsukomi G. Notsukomi Tobekomizuki T.Nagashizuki	Junzuki Gyakuzuki J. Notsukomi G. Notsukomi Tobekomizuki T.Nagashizuki	Junzuki Gyakuzuki J. Notsukomi G. Notsukomi Tobekomizuki T.Nagashizuki	Kette Junzuki Kette Gyakuzuki Kette J. Notsukomi Kette G. Notsukomi Tobekomizuki T. Nagashizuki	Kette Junzuki Kette Gyakuzuki Kette J. Notsukomi Kette G. Notsukomi Tobekomizuki T. Nagashizuki	Kette Junzuki Kette Gyakuzuki Kette J. Notsukomi Kette G. Notsukomi Tobekomizuki T. Nagashizuki	Kette Junzuki Kette Gyakuzuki Kette J. Notsukomi Kette G. Notsukomi Tobekomizuki T. Nagashizuki
	Maegeri Mawashigeri Sokutogeri Ushirogeri Uramawashigeri Kekaeshi	Maegeri Mawashigeri Sokutogeri Ushirogeri Uramawashigeri Kekaeshi	Maegeri Mawashigeri Sokutogeri Ushirogeri Uramawashigeri Kekaeshi	Maegeri Mawashigeri Sokutogeri Ushirogeri Uramawashigeri Kekaeshi	Maegeri Mawashigeri Sokutogeri Ushirogeri Uramawashigeri Kekaeshi	Maegeri Mawashigeri Sokutogeri Ushirogeri Uramawashigeri Kekaeshi	Maegeri Mawashigeri Sokutogeri Ushirogeri Uramawashigeri Kekaeshi
Kata	SHIHO KATA Da 1 a 5 KUSHIANKU	Kushianku Pinan Shodan	Kushianku Naihanchi Pinan Nidan	Kushianku Naihanchi Seishan Pinan Sandan	Kushianku Naihanchi Seishan Chinto Pinan Yodan	Kushianku Naihanchi Seishan Chinto Bassai Pinan Godan	a richiesta della CTN
Kihon kumite Kumite kata Kumite No Ura Ippon kumite Ohio Dosa Ohio Kumite I Dori - Tanbo Dori	0	1°	1° - 2°	1° - 2° - 3°	1° - 2° - 3° - 4°	1° - 2° - 3° - 4° - 5°	a richiesta della CTN
Sanbon Kumite	TUTTI	Tsuki e Keri 1	Tsuki e Keri 1-2	Tsuki e Keri 1-2-3	Tsuki e Keri 1-2-3-4	Tsuki e Keri 1-2-3-4-5	a richiesta della CTN
Jiyu Kumite	1 da 1 minuto	1 da 1 minuto	2 da 1 minuto Arbitrare 1 combattimento	2 da 1 minuto Arbitrare 2 combattimenti	2 da 1 minuto Arbitrare 2 combattimenti	2 da 1 minuto Arbitrare 2 combattimenti	a richiesta della CTN
Tanto Dori	0	0	0	1° - 2° - 3°	1° - 2° - 3° - 4°	1° - 2° - 3° - 4° - 5°	a richiesta della CTN
Hikki Shinken	Propria BIOGRAFIA come KARATEKA	ESTRATTO del 1° e 2° Capitolo	ESTRATTO del 3° e 4° Capitolo	ESTRATTO del 5° e 6° Capitolo	ESTRATTO del 7° 8° e 9° Capitolo	ESTRATTO dal 10° al 15° Capitolo	a richiesta della CTN
Crediti necessari e tempi di permanenza nel grado precedente per poter accedere agli esami		5 CFA 1 anno dal GP	10 CFA 2 anni dal GP	15 CFA 3 anni dal GP	20 CFA 4 anni dal GP	25 CFA 5 anni dal GP	30 CFA 6 anni dal GP