

JKA IZPITNI PRAVILNIK

Pri JKA karateju obstaja 10 kyu in 10 dan stopenj. Za pridobitev potrdila o opravljeni posamezni stopnji mora izpitni kandidat izpolnjevati predpisane pogoje in uspešno opraviti postopek testiranja. Postopek testiranja izvajajo licencirani JKA inštruktorji. Kandidat mora pred pristopom na izpit z obstoječo kyu/dan stopnjo opraviti neprekinjeno obdobje vadbe in izpolnjevati ustrezno starost, kot je razvidno iz spodnje tabele. Izpiti za kyu stopnje se opravljajo po posameznih klubih JKA Slovenije, dan stopnje pa v okviru JKA HQ regionalno ali Tokyo HQ.

Stopnja	Min. čas vadbe med stopnjami	Starost kandidata	Lokacija izpita
10.-1. KYU	6 mesecev		Klub ali JKA Slovenija
1. DAN	1 leto		JKA Slovenija z dovoljenjem JKA HQ
2. DAN	1		JKA Slovenija z dovoljenjem JKA HQ
3. DAN	2	18 in več	JKA Slovenija z dovoljenjem JKA HQ
4. DAN	3		Tokyo HQ ali regionalni HQ z dovoljenjem JKA HQ
5. DAN	4		Tokyo HQ ali regionalni HQ z dovoljenjem JKA HQ
6. DAN	6		Tokyo HQ
7. DAN	7	50 in več	Tokyo HQ (spomladanski/jesenski tečaj), Funakoshi Gichin Cup (SP)
8. DAN	7	60 in več	Priporočilo JKA inštruktorskega komiteja v Tokyo HQ
9. DAN	8		Priporočilo JKA inštruktorskega komiteja v Tokyo HQ
10. DAN	9		Priporočilo JKA inštruktorskega komiteja v Tokyo HQ

10. KYU

KIHON *Osnove na mestu v SHIZEN TAI*

1. CHUDAN CHOKUZUKI
2. JODAN AGEUKE
3. CHUDAN SOTOUKE
4. GEDAN BARAI
5. MAGERI (HEISOKU DACHI, GEDAN KAKIWAKE)

* »GOREI« po šteju (prva izvedba vsake tehnike se začne z desno roko)

9. KYU

KIHON *Osnove na mestu iz SHIZEN TAI v ZENKUTSU DACHI in nazaj v SHIZEN TAI*

1. CHUDAN JUNZUKI
2. JODAN AGEUKE
3. CHUDAN SOTOUKE
4. MAGERI (ZENKUTSU DACHI, GEDAN KAKIWAKE)

* »GOREI« po šteju (prva izvedba vsake tehnike se začne z desno roko; dve ponovitvi pred vsako menjavo)

8. KYU

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
2. JODAN AGEUKE (*naprej*)
3. CHUDAN SOTOUKE (*naprej*)
4. GEDAN BARAI (*naprej*)
5. SHUTOUKE v KOKUTSU DACHI (*naprej*)
6. MAGERI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej*)
7. YOKOGERI KEAGE (v HEISOKU DACHI *leva in desna stran*)

KATA TAIKYOKU SHODAN

KUMITE GOHON KUMITE

- N** JODAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)

7. KYU

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
2. JODAN AGEUKE (*nazaj*)
3. CHUDAN SOTOUKE (*naprej*)
4. CHUDAN UCHIUKE (*nazaj*)
5. SHUTOUKE KOKUTSU DACHI (*naprej*)
6. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej*)
7. YOKOGERI KEAGE (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)

KATA HEIAN SHODAN

KUMITE GOHON KUMITE

- N** JODAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)

6. KYU

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
2. JODAN AGEUKE (*nazaj*)
3. CHUDAN SOTOUKE (*naprej*)
4. CHUDAN UCHIUKE (*nazaj*)
5. SHUTOUKE v KOKUTSU DACHI (*naprej*)
6. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej*)
7. YOKOGERI KEAGE (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)
8. YOKOGERI KEKOMI (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)

KATA HEIAN NIDAN

KUMITE KIHON IPPON KUMITE

- N** JODAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)

* Napadi si sledijo po zaporedju desna/leva stran JODAN, desna/leva stran CHUDAN

5. KYU

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
2. JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
3. CHUDAN SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*naprej*)
4. CHUDAN UCHIUKE, CHUDAN GYAKU ZUKI (*nazaj*)
5. SHUTOUKE v KOKUTSU DACHI (*naprej*)
6. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej*)
7. YOKOGERI KEAGE (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)
8. YOKOGERI KEKOMI (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)

KATA HEIAN SANDAN

KUMITE KIHON IPPON KUMITE

- N** JODAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej*)
- O** GEDAN BARAI, GYAKU ZUKI (*nazaj*)

* Napadi si sledijo po zaporedju desna/leva stran JODAN, desna/leva stran CHUDAN, desna/leva stran MAE GERI

4. KYU

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
2. JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
3. CHUDAN SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*naprej*)
4. CHUDAN UCHIUKE, CHUDAN GYAKU ZUKI (*nazaj*)
5. SHUTOUKE, NUKITE (*naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
6. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE UKE) (*naprej*)
7. YOKOGERI KEAGE (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)
8. YOKOGERI KEKOMI (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)

KATA HEIAN YONDAN

KUMITE KIHON IPPON KUMITE

- N** JODAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN MAEGERI (*naprej*)
- O** GEDAN BARAI, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- O** CHUDAN YOKOGERI KEKOMI (*naprej*)
- O** SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)

* Napadi si sledijo po zaporedju desna/leva stran JODAN, desna/leva stran CHUDAN, desna/leva stran MAE GERI, desna/leva stran YOKO GERI KEKOMI (chudan)

3. KYU

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
2. JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
3. CHUDAN SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*naprej*)
4. CHUDAN UCHIUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
5. SHUTOUKE, NUKITE (*naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
6. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej*)
7. RENGARI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej, 1. chudan / 2. jodan*)
8. MAWASHIGERI (*naprej*)
9. YOKOGERI KEAGE (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)
10. YOKOGERI KEKOMI (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)

KATA HEIAN GODAN

KUMITE KIHON IPPON KUMITE

- N** JODAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
- O** SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- N** CHUDAN MAEGERI (*naprej*)
- O** GEDAN BARAI, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
- O** CHUDAN YOKOGERI KEKOMI (*naprej*)
- O** SOTOUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)

* Napadi si sledijo po zaporedju desna/leva stran JODAN, desna/leva stran CHUDAN, desna/leva stran MAE GERI, desna/leva stran YOKO GERI KEKOMI (chudan)

2. KYU

KIHON – *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI (*naprej*)
2. JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
3. CHUDAN SOTOUKE v ZENKUTSU DACHI, YOKO ENPI s *prestopom* v KIBA DACHI, YOKO URAKEN UCHI (*naprej*)
4. CHUDAN UCHIUKE, GYAKU ZUKI (*nazaj*)
5. SHUTOUKE, NUKITE (*naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
6. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej*)
7. RENGARI (GEDAN KAKIWAKE) (*naprej, 1. chudan / 2. jodan*)
8. MAWASHIGERI (*naprej*)
9. YOKOGERI KEAGE (v KIBA DACHI leva in desna stran) (*naprej*)

10. YOKOGERI KEKOMI (v ZENKUTSU DACHI leva in desna stran) *(naprej)*

KATA TEKKI SHODAN

KUMITE JIYU IPPON KUMITE *(levi stav)*

JODAN JUNZUKI / CHUDAN JUNZUKI / CHUDAN MAEGERI / CHUDAN YOKOGERI KEKOMI

1. KYU

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI *(naprej)*

2. SANBON REN ZUKI *(naprej)*

3. JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI *(nazaj)*

4. CHUDAN SOTOUKE v ZENKUTSU DACHI , YOKO ENPI s *prestopom* v KIBA DACHI, YOKO URAKEN UCHI *(naprej)*

5. CHUDAN UCHIUKE, GYAKU ZUKI *(nazaj)*

6. SHUTOUKE, NUKITE *(naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI)*

7. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE UKE) *(naprej)*

8. RENGARI (GEDAN KAKIWAKE UKE) *(naprej, 1. chudan / 2. jodan)*

9. MAWASHI GERI *(naprej)*

10. YOKOGERI KEAGE (v KIBA DACHI leva in desna stran) *(naprej)*

11. YOKOGERI KEKOMI (v ZENKUTSU DACHI leva in desna stran) *(naprej)*

KATA BASSAI DAI / KANKU DAI / JION / ENPI *(po izboru kandidata)*

KUMITE JIYU IPPON KUMITE *(levi stav)*

JODAN JUNZUKI / CHUDAN JUNZUKI / CHUDAN MAE GERI / CHUDAN YOKO GERI KEKOMI /

JODAN MAWASHI GERI

* Napadalec napove izbiro JODAN ali CHUDAN za MAWASHI GERI

1. DAN

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI *(naprej)*

2. SANBON RENZUKI *(naprej)*

3. AGEUKE, GYAKU ZUKI *(nazaj)*

4. CHUDAN SOTOUKE v ZENKUTSU DACHI, YOKO ENPI s *prestopom* v KIBA DACHI, YOKO URAKEN UCHI, GYAKU ZUKI s *prestopom* v ZENKUTSU DACHI *(naprej)*

5. CHUDAN UCHIUKE, KIZAMI ZUKI, GYAKU ZUKI *(nazaj)*

6. SHUTOUKE, NUKITE *(naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI)*

7. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE UKE) *(naprej)*

8. RENGARI (GEDAN KAKIWAKE UKE) *(naprej, 1. chudan / 2. jodan)*

9. MAWASHIGERI *(naprej)*

10. YOKOGERI KEAGE (v KIBA DACHI leva in desna stran) *(naprej)*

11. YOKOGERI KEKOMI (v ZENKUTSU DACHI leva in desna stran) *(naprej)*

KATA BASSAI DAI / KANKU DAI / ENPI / JION *(po izboru kandidata)*

KUMITE JIYU IPPON KUMITE *(samo levi stav)*

JODAN JUNZUKI / CHUDAN JUNZUKI / CHUDAN MAEGERI / CHUDAN YOKOGERI KEKOMI / JODAN

MAWASHIGERI

* Napadalec napove izbiro JODAN ali CHUDAN za MAWASHI GERI

2. DAN

KIHON *Osnove v gibanju*

1. CHUDAN JUNZUKI *(naprej)*

2. SANBON RENZUKI *(naprej)*

3. AGEUKE, CHUDAN SOTOUKE, GYAKU ZUKI *(nazaj, obramba z isto roko)*

4. CHUDAN UCHIUKE, KIZAMI ZUKI, GYAKU ZUKI *(naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI)*

5. SHUTO UKE, KIZAMI MAE GERI, NUKITE *(nazaj, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI)*

6. RENGARI (GEDAN KAKIWAKE UKE) *(naprej, 1. chudan / 2. jodan)*

7. YOKO GERI KEAGE - YOKO GERI KEKOMI *(KIBA DACHI, menjava udarne noge)*

8. YOKOGERI KEKOMI v ZENKUTSU DACHI *(naprej)*

9. MAWASHI GERI *(naprej)*

10. AGEUKE *(nazaj)*, MAWASHIGERI, YOKO URAKENUCHI, CHUDAN JUNZUKI *(naprej)*

KATA kandidatova prosta izbira

KUMITE JIYU KUMITE

3. DAN

KIHON *Osnove v gibanju*

1. KIZAMI ZUKI - SANBON REN ZUKI (*naprej, prosta drža*)
2. AGEUKE, CHUDAN SOTO UKE, GYAKU ZUKI (*nazaj, obramba z isto roko*)
3. CHUDAN UCHI UKE, KIZAMI ZUKI, GYAKU ZUKI (*naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
4. SHUTO UKE, KIZAMI MAE GERI, NUKITE (*nazaj, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
5. JODAN AGE UKE (*nazaj*) - MAWASHI GERI, YOKO URAKEN UCHI - CHUDAN JUN ZUKI (*naprej*)
6. MAE GERI, GYAKU ZUKI - YOKO GERI KEKOMI, GYAKU ZUKI - MAWASHI GERI, GYAKU ZUKI (*naprej, menjava udarne noge*)

KATA kandidatova prosta izbira

KUMITE JIYU KUMITE

4. DAN

KIHON *Osnove v gibanju*

1. SANBON RENZUKI (*naprej*)
2. AGEUKE, CHUDAN SOTO UKE (z isto roko), GYAKU ZUKI (*nazaj*)
3. CHUDAN UCHI UKE, KIZAMI ZUKI, GYAKU ZUKI (*naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
4. SHUTO UKE, KIZAMI MAE GERI, NUKITE (*nazaj, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
5. MAEGERI, JUNZUKI (*naprej*)
6. MAEGERI, GYAKU ZUKI (*naprej*)
7. YOKO GERI KEKOMI, GYAKU ZUKI (*naprej*)
8. MAWASHIGERI, GYAKU ZUKI (*naprej*)
9. MAE GERI, YOKO GERI KEKOMI, USHIRO GERI (*v ZENKUTSU DACHI na mestu, 3 zaporedne brce z eno nogo, desna/leva stran*)

KATA

- kandidatova prosta izbira
- HEIAN SHODAN do TEKKI NIDAN po izboru izpraševalca

KUMITE JIYU KUMITE

5. DAN

KIHON *Osnove v gibanju*

1. SANBON RENZUKI (*naprej*)
2. AGEUKE, CHUDAN SOTO UKE (z isto roko), GYAKU ZUKI (*nazaj*)
3. CHUDAN UCHI UKE, KIZAMI ZUKI, GYAKU ZUKI (*naprej, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
4. SHUTO UKE, KIZAMI MAE GERI, NUKITE (*nazaj, iz KOKUTSU DACHI v ZENKUTSU DACHI*)
5. MAEGERI, JODAN JUNZUKI, CHUDAN GYAKU ZUKI (*naprej*)
6. YOKO GERI KEKOMI, GYAKU ZUKI (*naprej*)
7. MAWASHIGERI, GYAKU ZUKI (*naprej*)
8. MAEGERI, YOKOGERI KEKOMI, MAWASHIGERI, GYAKUZUKI (*naprej z menjavo udarne noge*)
9. MAE GERI, YOKO GERI KEKOMI, USHIRO GERI (*v ZENKUTSU DACHI na mestu, 3 zaporedne brce z eno nogo, desna/leva stran*)

KATA

- od HEIAN SHODAN do TEKKI SANDAN po izboru izpraševalca
- kandidatova prosta izbira (ustno preverjanje znanja o izbrani kati)

KUMITE JIYU KUMITE

6. DAN

KIHON po izboru izpraševalca

KATA

- BASSAI DAI / KANKU DAI / ENPI / JION po izboru izpraševalca
- kandidatova prosta izbira (ustno preverjanje znanja o izbrani kati)

KUMITE JIYU KUMITE

SPLOŠNO

- ustno preverjanje znanja o tehnikah
- predložitev raziskovalnega poročila o tehnikah na dan izpita

7. DAN

KIHON po izboru izpraševalca

KATA

- kandidatova prosta izbira (ustno preverjanje znanja o izbrani kati)

KUMITE JIYU KUMITE

SPLOŠNO

- ustno preverjanje znanja o tehnikah;
- predložitev raziskovalnega poročila o tehnikah na dan izpita

8, 9, 10. DAN

Na priporočilo inštruktorskega komiteja Shihankai

OPOMBA

Pri stopnjah od 2. do 7. DAN imajo moški in ženske starosti 60 in več let možnost izbire med JIYU KUMITE ali JIYU IPPON KUMITE. Nabor tehnik pri JIYU IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI / CHUDAN JUNZUKI / CHUDAN MAE GERI / CHUDAN YOKO GERI KEKOMI / JODAN ali CHUDAN MAWASHI GERI). Pri MAWASHI GERI se napove izbrana višina napada (JODAN / CHUDAN).

Za napredovanje v višjo KYU/DAN stopnjo morajo izpitni kandidati prikazati brežhibno izvedbo predpisanih tehnik, kate in kumiteja.

Datum revizije, 1. 12. 2019