



## PROGRAMA OFICIAL DE GRADUACIONES DE KYU

9<sup>no</sup> a 8<sup>vo</sup> KYU  (VIOLETA PUNTA AMARILLA) TIEMPO 3 MESES

### A) POSTURAS

- 1) Sanchin Dachí
- 2) Hachiji Dachí
- 3) Neko ashi Dachí
- 4) Han zenkutsu Dachí

### B) KIHON En Zenkutsu Dachí (Sanbon hacia adelante y hacia atrás)

- 1) Jodan age Uke
- 2) Chudan yoko Uke
- 3) Chudan Uchi Uke
- 4) Gedan Barai
- 5) Gyaku Tsuki

#### En Heiko Dachí: (en el lugar)

- 1) Hiki Uke
- 2) Mawashi Uke (lento)

#### En Zenkutsu Dachí: (en el lugar)

- 1) Mae Geri
- 2) Mawashi Geri

### C) KUMITE

- 1) Sanbon Kumite \* \*(derecho) Ambos comienzan en Hidari Kamae (pierna izq. Adelante)  
Tres pasos, vuelven a Kamae y retroceden.
- 2) Sandan Kumite \*

### D) KATA

- 1) Gekisai Dai Ni (por tiempo)