

Thema 1 Kata	Gekisai Dai Ichi Ebo No Kata 1-10 (5 pakkingen 1 ^e serie), (5 omvattingen 2e serie) Ne Waza Kata 1-4	V <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 2 Ukemi, atemi en uke waza	Voorwaartse val (blijven liggen en doorrollen met stoot) Achterwaartse val (doorrollen met stoot) Zijwaartse val Stuurval 1 ^e + 2 ^e combinatie op stootkussens + breektest vrij Weringen serie 1-6	V <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 3 Meervoudigheid	1 worp en 1 klem uitgevoerd na een aanval uit serie 1, Ebo No Kata (pakkingen), een aanval uit serie 2, Ebo No Kata (omvattingen) en een aanval uit serie 3, Ebo No Kata (trappen, stoten of slagen)	V <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 4 Bewegingsvormen staande nieuw aan te leren	N.V.T.	
Thema 5 Bewegingsvormen op de grond nieuw aan te leren	Verdedigen tegen keelaanval tussen benen 3x Verdediging tegen keelaanval geknield van opzij 2x	V <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 6 Aanvalscombinaties	Aanvalscombinatie 1	V <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 7 Indirecte combinaties	Reageren bij verzet op 2 klemmen Reageren bij verzet op 2 worpen	SP (1) <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 8 Overnemen	Overname op 1 worp of 1 klem	SP (1) <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 9 Bijzondere opdracht	Bevrijden uit pakkingen en omvattingen 1 ^e en 2 ^e serie Ebo No Kata 2 transporteer technieken	SP (1) <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 10 Verdedigen tegen ongewapende aanvallen	N.V.T.	
Thema 11 Wapens	N.V.T.	
Thema 12 Randori	1 aanvaller 1 minuut (ongewapend)	V <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Kandidaat	1 ^e aanvaller	Examinator	€ 15,- voldaan	Datum	Geslaagd
			JA / NEE		JA / NEE
Opmerkingen:					