

Thema 1 Kata	Gekisai Dai Ichi (1-6) Ebo No Kata 1-5 (5 pakkingen 1 ^e serie) Ne Waza Kata 1-2	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) 1 ^e combinatie op stootkussens + breektest vrij Weringen serie 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"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 3 Meervoudigheid	1 worp of 1 klem uitgevoerd na een aanval uit serie 1, Ebo No Kata (pakkingen) en een aanval uit serie 3, Ebo No Kata (trappen, stoten of slagen)	SP (1) <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 2x	V <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 1 klem Reageren bij verzet op 1 worp	V <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Thema 8 Overnemen	N.V.T.	
Thema 9 Bijzondere opdracht	Bevrijden uit pakkingen 1 ^e serie Ebo No Kata	SP (3) <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: