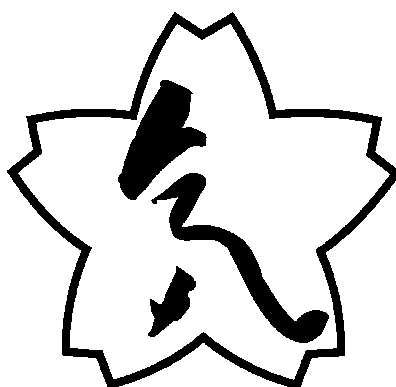


ČESKÁ UNIE DENTO KARATE-DO

Schvaluji: _____

Libor SKOUMAL
předseda Kolegia Danů ČUDK

Dne: 10. ledna 2007



ZKUŠEBNÍ ŘÁD PRO ZKOUŠKY NA STV KYU A DAN

Zpracoval: Milan HAŠKA

Lektoroval: Aleš ROTH

BRNO 2006

Obsah

1	Účel.....	3
2	Úvod – vysvětlení smyslu zkoušek.....	3
3	Zkušební komisaři.....	3
4	Stupně technické vyspělosti	4
5	Podmínky k připuštění ke zkoušce na STV.....	4
6	Etiketa zkoušek.....	6
7	Dokumentace zkoušek	6
8	Uznání zkoušek	6
9	Organizování zkoušek na STV.....	6
10	Program zkoušek	7
10.1	HACHI KYU (8. KYU)	7
10.2	SHICHI KYU (7. KYU).....	8
10.3	ROKU KYU (6. KYU)	9
10.4	GO KYU (5. KYU).....	10
10.5	YON KYU (4. KYU).....	11
10.6	SAN KYU (3. KYU).....	12
10.7	NI KYU (2. KYU)	13
10.8	ICHI KYU (1. KYU)	14
10.9	SHO DAN (1. DAN).....	15
10.10	NI DAN (2. DAN).....	16
10.11	SAN DAN (3. DAN).....	17
10.12	YON DAN (4. DAN) až ROKU DAN (6. DAN).....	18
10.13	SHICHI DAN (7. DAN) až JU DAN (10. DAN)	18
10.14	Zkratky a vysvětlivky	19
11	Závěr	19

1 Účel

Tento zkušební řád pro stupně technické vyspělosti (STV) KYU a DAN určuje kdo a jak vykonává zkoušky a stanoví podmínky a rozsah zkoušek pořádaných v České unii Dento Karate-do (ČUDK). Současně určuje, komu přísluší vést evidenci uvedených stupňů technické vyspělosti. Je pomůckou zejména adeptům ucházejících se o složení zkoušky na STV, studium tohoto řádu by mělo být nedílnou součástí přípravy každého uchazeče.

2 Úvod – vysvětlení smyslu zkoušek

Je třeba si uvědomit, že STV do světa BUDO, zavedl až prof. Jigoro Kano (1860 – 1938) a že pouhé jejich získávání není hlavním cílem tohoto studia. Studium Dento Karate-do by mělo být prostředkem k všestrannému harmonickému rozvoji jedince. Správně chápané zkoušky na STV, by měly být právě jedním z prostředků napomáhajících k tomuto rozvoji, prostřednictvím hlubokého studia BUDO (cesty válečníka). Zkoušky lze také chápat jako značky na cestě, po které se pohybujeme, nebo jako kontrolní body ve kterých jsme usměřováni tak, abychom šli vhodným směrem, nebo se do něj vrátili. Je vhodné mít tyto značky rozestavěné po celé délce této cesty, nebo alespoň do doby kdy jsme schopni identifikovat její cíl.

Složení zkoušky na vyšší STV je třeba brát jako závazek a povinnost vůči sobě a ostatním. A to ve smyslu toho, že starší studenti (sempai) mají být vždy vzorem pro mladší studenty (kohai) a to nejen v dojo. Tato zodpovědnost se promítá i do etiky a ceremoniálů jako je například nástup (řada) na začátku a na konci cvičení (tréninku). Místa na začátku řady by měli obsazovat vždy sempai a první v řadě by měl být ten, kdo je nejlépe připraven převzít vedení tréninku v případě nepřítomnosti senseie (učitele).

Při studiu BUDO, je nutné zejména položit důraz na jeho etické aspekty, které jsou tvořeny na základě hierarchie vymezené právě stupni technické vyspělosti.

3 Zkušební komisaři

Zkušební komisař ČUDK je osoba aktivně studující tradiční Karate-do, která má právo udělovat stupně technické vyspělosti Kyu nebo Dan. Zkušební komisař je oprávněn prověřit cvičence nejen z vědomostí vyžadovaných na

příslušný stupeň technické vyspělosti (STV), ale i z náplně kteréhokoliv předcházejícího STV. Dále může zkušební komisař upřesnit techniky aplikace a akce, které umožní komplexně zhodnotit předvedený výkon.

Podmínky pro navržení zkušební komisaře, práva, povinnosti, kompetence a další informace jsou obsaženy ve „Směrnici pro řízení trenérsko-metodické komise a kolegia Danů ČUDK“.

4 Stupně technické vyspělosti

Stupně technické vyspělosti dělíme na žákovské – KYU a mistrovské – DAN. Žákovské STV KYU obsahuje studium základních technik a principů. Toto studium je završeno zkouškou na 1. DAN, u zkoušky student prezentuje znalost základních principů a schopnost tyto principy veřejně prezentovat. U zkoušky na 2. DAN student prezentuje, že principy Karate-do adaptoval pro podmínky svého těla a mentality. 3. DAN prezentuje schopnost tyto principy komplexně vyučovat. Od 4. DANU se adept začíná věnovat výzkumu v této oblasti. Od 5. DANU by měl být adept pro celé hnutí přínosem tím, že se rozvíjí v nových oblastech, při zkoušce demonstruje výsledky vlastního studia a hloubku pochopení Dento Karate-do.

5 Podmínky k připuštění ke zkoušce na STV

Základní čekací doba je minimální dobou aktivního studia mezi jednotlivými zkouškami na STV, která je z pravidla potřebná na dosažení požadované technické úrovně viz Tab. 1.

Minimální věková hranice je stanovena, z důvodu dosažení mentální vyspělosti studenta Dento Karate-do, která je od daných technických úrovní očekávána. Mentální vyspělost je stěžejní pro opravdový rozvoj jedince prostřednictvím studia Dento Karate-do.

Celková doba studia je doporučenou dobou aktivní přípravy na zkoušky na STV Dan, dále pak slouží jako pomocné kritérium v případě, že uchazeč žádá o připuštění ke zkoušce s prominutím základní čekací doby. Pokud uchazeč splňuje celkovou dobu studia, může mu zkušební komisař základní čekací dobu prominout.

Čekací doby nemají být brzdou rozvoje studentů, ale mají jim být pomocným nástrojem při jejich studiu. Skromným studentům mají napovídat, že pokud studují soustavně a poctivě je už možná čas přistoupit k další

zkoušce. Ambiciózním mají říci, že studium Dento Karate-do je na celý život a že není vhodné si všechny ukazatele cesty vyčerpat hned na jejím počátku.

Tab. 1 – Členění stupňů technické vyspělosti

STV	Barva Obi	Základní čekací doba	Minimální věková hranice	Celková doba studia
9. KYU (KYU KYU)	bílá	-	-	-
8. KYU (HACHI KYU)	žlutá	3 měsíce	-	-
7. KYU (SHICHI KYU)	oranžová	4 měsíce	-	-
6. KYU (ROKU KYU)	zelená	5 měsíců	-	-
5. KYU (GO KYU)	fialová	6 měsíců	-	-
4. KYU (YON KYU)	fialová	6 měsíců	-	-
3. KYU (SAN KYU)	hnědá	6 měsíců	15 let	-
2. KYU (NI KYU)	hnědá	6 měsíců	-	-
1. KYU (ICHI KYU)	hnědá	9 měsíců	-	-
1. DAN (SHO DAN)	černá	1 rok	18 let	5 let
2. DAN (NI DAN)	černá	2 roky	21 let	10 let
3. DAN (SAN DAN)	černá	4 roky	27 let	15 let
4. DAN (YON DAN)	černá	6 let	33 let	20 let
5. DAN (GO DAN)	černá	8 let	42 let	25 let
6. DAN (ROKU DAN)	černá	8 let	50 let	30 let
7. DAN (SHICHI DAN)	černá	8 let	60 let	35 let
8. DAN (HACHI DAN)	černá	8 let	70 let	-
9. DAN (KYU DAN)	černá	-	-	-
10. DAN (JU DAN)	černá	-	-	-

Vývoj každého adepta Karate-do je individuální. Proto před zahájením zkoušek může zkušební komisař, na základě doporučení trenéra, čekací dobu prominout. V určitých případech v průběhu zkoušek, kdy zkušební komisař zhodnotí komplexní vyspělost studenta jako odpovídající vyššímu STV než na

který se uchazeč hlásí, může udělit vyšší STV bez ohledu na splnění požadavků viz Tab. 1.

6 Etiketa zkoušek

Žadatelé nastupují k provedení zkoušek bosí, čistí s upravenými nehty i vlasy, v bílém GI bez nášivek a nápisů s OBI v barvě aktuálního technického stupně. Ženy mají pod kabátem GI bílé tričko bez nápisů. Z bezpečnostních důvodů je zakázáno, aby uchazeči měli na sobě šperky, v ústech žvýkačky, bonbóny apod. Nasazené brýle jsou na vlastní nebezpečí.

Před zahájením zkoušek předseda zkušební komise zkontroluje úhradu poplatku za zkoušky. Výše tohoto poplatku vyplývá z ekonomické směrnice ČUDK. Poplatek je nevratný i v případě nesložení zkoušky. Na výzvu zkušební komisaře uchazeč předloží svůj členský průkaz ČUDK s platnou členskou známkou na dané časové období, nebo jiný ČUDK uznaný průkaz Karate.

Zkoušky jsou zahajovány nástupem zkoušených a pozdravem. Zkoušený je povinen po celou dobu průběhu zkoušek dodržovat pravidla pro chování v Dojo. Chování v průběhu zkoušky ovlivňuje celkové hodnocení jeho výkonu.

7 Dokumentace zkoušek

Výsledky zkoušek zapisuje zkušební komisař do zkušebních protokolů. Úspěšným uchazečům zapisuje zkušební komisař výsledek zkoušky do členského průkazu ČUDK. Zkušební protokoly s poplatkem se nejpozději do 14 dnů od provedení zkoušek odevzdávají předsedovi výkonného výboru ČUDK.

Evidenci STV Kyu zabezpečují členské oddíly a kluby ČUDK. Evidenci STV Dan zabezpečuje předseda kolegia Danů ČUDK.

8 Uznání zkoušek

Zkoušky na STV, které byly složeny v jiných svazech (organizacích), jsou v ČUDK respektovány.

9 Organizování zkoušek na STV

a) Řádné zkoušky jsou zkoušky pořádané ČUDK dle plánu činnosti na rok.

b) Mimořádné zkoušky jsou zkoušky pořádané ČUDK mimo plán činnosti na rok, nebo např. zkoušky oddílové či klubové.

Oddílové či klubové zkoušky na STV musí pořadatel minimálně 14 dnů předem dohodnout s předsedou kolegia Danů a o tomto informovat předsedu výkonného výboru ČUDK. Předseda kolegia Danů pověřuje zkušební komisaře provedením zkoušek.

10 Program zkoušek

Program zkoušek určuje jejich technický a teoretický rozsah po jednotlivých stupních. Dento Karate-do je systém velice široký, zahrnující v sobě velké množství skupin technik (WAZA). Vzhledem k tomu nelze tento zkušební řád brát jako jakousi databázi či sumář technik, ale spíše jako povinný minimální objem znalostí na každý STV.

Zkoušky na 9. KYU se neprovádějí, začínající Karateka samozřejmě nosí bílé OBI ke KARATE-GI jehož je nedílnou součástí.

10.1 HACHI KYU (8. KYU)

- a) KATA
 - Heian Shodan
- b) KIHON
 - (ZE) Oi-tsuki vpřed
 - (ZE) Age-uke vzad
 - (ZE) Soto-uke vpřed
 - (KO) Shuto-uke vzad
 - (ZE) Mae-geri vpřed
 - (KI) Yoko-geri-keage stranou
 - (KI) Yoko-geri-kekomi stranou
- c) KUMITE
 - Kihon-Ipon-kumite, útoky: Tsuki (1 x Jodan, 1 x Chudan) na místě
- d) UKEMI WAZA
 - Tachi-mae-ukemi
 - Tachi-ushiro-ukemi
 - Tachi-yoko-ukemi

Poznámky:

10.2 SHICHI KYU (7. KYU)

- a) KATA
 - Heian Nidan
- b) KIHON
 - (ZE) Oi-tsuki vpřed
 - (ZE) Age-uke, Gyaku-tsuki vzad
 - (ZE) Soto-ude-uke, Gyaku-tsuki vpřed
 - (KO) Shuto-uke vzad
 - (ZE) Mae-geri vpřed
 - (ZE) Mawashi-geri vpřed
 - (KI) Yoko-geri-keage stranou, levá i pravá strana
 - (KI) Yoko-geri-kekomi stranou, levá i pravá strana
- c) KUMITE
 - Kihon-Ipon-kumite, útoky: Tsuki (1 x Jodan, 1 x Chudan) na místě
- d) KANSECU WAZA
 - Kote-hineri
 - Kote-gaeshi
- e) UKEMI WAZA
 - Tachi-zempo-ukemi

Poznámky:

10.3 ROKU KYU (6. KYU)

- a) KATA
 - Heian Sandan
- b) KIHON
 - (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed
 - (ZE) Age-uke, Gyaku-tsuki vzad
 - (ZE) Soto-ude-uke, (KI) Yoko-empi-uchi vpřed
 - (KO) Shuto-uke, (ZE) Nukite vzad
 - (ZE) Mae-geri-rengeru vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri)
 - (ZE) Mawashi-geri vpřed
 - (KI) Yoko-geri-keage stranou, levá i pravá strana
 - (KI) Yoko-geri-kekomi stranou, levá i pravá strana
 - (ZE) Mae-geri, Oi-tsuki vpřed
- c) KUMITE
 - Kihon Ippon Kumite, útoky: Tsuki (2 x Jodan, 2 x Chudan) s Yori-ashi
- d) KANSECU WAZA
 - Ude-hishigi-waki-gatame
 - Ude-hishigi-ude-gatame
 - Ude-hishigi-kanuki-gatame
 - Ude-garami

Poznámky:

10.4 GO KYU (5. KYU)

- a) KATA
 - Heian Yondan
- b) KIHON
 - (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed
 - (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki
 - (ZE) Soto-ude-uke vpřed
 - (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite
 - (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri)
 - (KA) Mawashi-geri-rengeri (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri) vpřed
 - (KI) Yoko-geri-keage stranou, levá i pravá strana
 - (KI) Yoko-geri-kekomi stranou, levá i pravá strana
 - (KA) Mae-geri, Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki vpřed
- c) KUMITE
 - Kihon Ippon Kumite, útoky:
 - Tsuki (2 x Jodan, 2 x Chudan) s Yori-ashi
 - Geri 2x Mae-geri
- d) SHIME WAZA
 - Hadaka-jime
 - Okuri-eri-jime
 - Kata-ha-jime
 - Juji-jime

Poznámky:

10.5 YON KYU (4. KYU)

- a) KATA
 - Heian Godan
- b) KIHON
 - (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed
 - (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki
 - (ZE) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-empi-uchi, Tate-uraken-uchi
 - (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite
 - (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri)
 - (KA) Mawashi-geri-rengeri (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri) vpřed
 - (KI) Yoko-geri-keage stranou, levá i pravá strana
 - (KI) Yoko-geri-kekomi stranou, levá i pravá strana
 - (KA) Mae-geri, Yoko-kekomi, (ZE) Gyaku-tsuki
- c) KUMITE
 - Kihon Ippon Kumite, útoky:
 - Tsuki: 1x Jodan, 1x Chudan s Yori-ashi
 - Geri: 1x Mae-geri, 1x Yoko-geri-kekomi
- d) ASHI WAZA
 - De-ashi-harai
 - Sasae-tsurikomi-ashi
 - O-soto-gari
 - O-uchi-gari

Poznámky:

10.6 SAN KYU (3. KYU)

- a) KATA
 - Tekki Shodan
- b) KIHON
 - (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed
 - (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki
 - (ZE) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-empi-uchi, Tate-uraken-uchi
 - (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite
 - (ZE) Uchi-ude-uke vpřed, Gyaku-tsuki
 - (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri)
 - (KA) Mawashi-geri-rengeri (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri) vpřed
 - (KI) Yoko-geri-keage stranou, levá i pravá strana
 - (KI) Yoko-geri-kekomi stranou, levá i pravá strana
 - (KA) Yoko-geri-kekomi vpřed, Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki
 - (KA) Mawashi-geri, Yoko-geri-kekomi, (ZE) Gyaku-tsuki
 - (HE) Mae-geri, Yoko-geri-keage (na místě střídnož)
- c) KUMITE
 - Jiyu Ippon Kumite, útoky:
 - Tsuki: 1x Jodan, 1x Chudan
 - Geri: 1x Mae-geri, 1x Ushiro-geri, 1x Yoko-geri-kekomi
- d) KOSHI WAZA
 - Uki-goshi
 - O-goshi
 - Harai-goshi
 - Sode-tsurikomi-goshi

Poznámky:

10.7 NI KYU (2. KYU)

a) KATA

Výběr jedné ze základních kata s výjimkou Heian Shodan až Godan a Tekki Shodan. Základní kata jsou: Heian Shodan až Godan, Tekki Shodan až Sandan, Bassai Dai, Kanku Dai, Hangetsu, Empi, Jion, Jitte, Gankaku.

b) KIHON

- (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed
- (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki
- (ZE) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-empi-uchi, Tate-uraken-uchi
- (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite
- (ZE) Uchi-ude-uke vpřed, Gyaku-tsuki
- (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri)
- (KA) Mawashi-geri-rengeri (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri) vpřed
- (KI) Yoko-geri-keage stranou, levá i pravá strana
- (KI) Yoko-geri-kekomi stranou, levá i pravá strana
- (KA) Yoko-geri-kekomi, vpřed Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki
- (KA) Mawashi-geri vpřed, Yoko-geri-kekomi, (ZE) Gyaku-tsuki
- (HE) Mae-geri, Yoko-geri-kekomi (na místě střídnož)

c) KUMITE

- Jiyu Ippon Kumite, útoky:
 - Tsuki: 1x Jodan, 1x Chudan
 - Geri: 1x Mae-geri, 1x Ushiro-geri, 1x Yoko-geri-kekomi

d) TE WAZA

- Seoi-nage
- Morote-gari
- Sukui-nage
- Tai-otoshi

Poznámky:

10.8 ICHI KYU (1. KYU)

a) KATA

Výběr jedné ze základních kata s výjimkou Heian Shodan až Godan a Tekki Shodan. Základní kata jsou: Heian Shodan až Godan, Tekki Shodan až Sandan, Bassai Dai, Kanku Dai, Hangetsu, Empi, Jion, Jitte, Gankaku.

b) KIHON

- (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed
- (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki
- (ZE) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-empi-uchi, Tate-uraken-uchi
- (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite
- (ZE) Uchi-ude-uke vpřed, Gyaku-tsuki
- (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri)
- (KA) Mawashi-geri-rengeri vpřed (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri)
- (KI) Yoko-geri-keage stranou, levá i pravá strana
- (KI) Yoko-geri-kekomi stranou, levá i pravá strana
- (KA) Yoko-geri-kekomi vpřed, Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki
- (KA) Mawashi-geri vpřed, Yoko-kekomi, (ZE) Gyaku-tsuki
- (HE) Mae-geri, Yoko-geri-keage, Yoko-geri-kekomi (na místě střídnož)

c) KUMITE

- Jiyu Kumite, útoky:
 - Tsuki: 1x Jodan 1x Chudan
 - Geri: 1x Mae-geri, 1x Ushiro-geri, 1x Yoko-geri-kekomi

d) SUTEMI WAZA

- Tomoe-nage
- Sumi-gaeshi
- Yoko-otoshi
- Tani-otoshi

Poznámky:

10.9 SHO DAN (1. DAN)

a) KATA

- Tokui Kata kandidáta mimo Heian 1–5 a Tekki 1–3
- Vybraná Kata zkušebním komisařem (min. 2):
 - Tekki Shodan
 - Heian Shodan až Godan

b) KIHON

- (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed
- (ZE) Age-uke vzad, Kizami-mae-geri, Gyaku-tsuki
- (ZE) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-empi-uchi, Tate-uraken-uchi, (ZE) Gyaku-tsuki
- (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite
- (ZE) Uchi-ude-uke vpřed, (KA) Kizami-tsuki, Kizami-mae-geri, (ZE) Gyaku-tsuki
- (KA) Mae-geri-rengeri vpřed, Kizami-mae-geri, Mae-geri
- (KA) Mawashi-geri-rengeri vpřed, Kizami Mawashi-geri, Mawashi-geri
- (KI) Yoko-geri-keage stranou, levá i pravá strana
- (KI) Yoko-geri-kekomi stranou, levá i pravá strana
- (KA) Kizami-yoko-geri-kekomi vpřed, Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki
- (KA) Kizami-mawashi-geri vpřed, Kizami-yoko-geri-kekomi, (ZE) Oi-tsuki
- (HE) Mae-geri, Yoko-geri-keage, Yoko-geri-kekomi, Ushiro-geri, Mawashi-geri vpřed (na místě střídnož)

c) KUMITE

- Jiyu Kumite (volný boj)

d) SEBEOBRANA krátká vzdálenost

- TSUKAMI WAZA uvolňování z úchopů
 - Junte-dori, Dosokute-dori, Ryote-dori, Ryote-yppo-dori ruce
 - Hidari a Migi-eri-dori, Ushiro a Yoko-eri-dori límec
 - Hidari a Migi, Ryote-sode-dori rukáv
- UWATE, SHITATE a GAMI WAZA obrana proti obejmutí
 - Mae, Yoko a Ushiro-uwate obejmutí přes ruce
 - Mae, Yoko a Ushiro-shitate obejmutí pod rukama
 - Mae a Ushiro-osae-gami držení za vlasy

10.10 NI DAN (2. DAN)

- a) KATA
- Tokui Kata kandidáta mimo Heian 1–5 a Tekki 1–3
 - Vybraná Kata zkušebním komisařem (min. 2):
 - Tekki Shodan a Nidan
 - Heian Shodan až Godan
- b) KIHON
- (KA) Kizami tsuki vpřed, (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki
 - (KA) Kizami-tsuki vpřed Mae-geri, (ZE) Oi-tsuki
 - (KI) Yoko-geri-keage stranou, Yoko-geri-kekomi
 - (KA) Age-uke vpřed, Mawashi-geri, (KI) Yoko Uraken-uchi, (ZE) Oi-tsuki
 - (HE) Mae-geri, Yoko-geri-keage, Yoko-geri-kekomi, Mawashi-geri, Ushiro-geri (na místě z jedné nohy)
- c) KUMITE
- Jiyu Kumite (volný boj)
- Útok/Obrana zkoušený nejprve útočí, potom se brání. Vše řídí zkoušející.
- d) SEBEOBRANA
- Požadavky na 1. Dan
 - Mimo postojový boj
 - Ohrožení holí, nožem a střelnou zbraní

Poznámky:

Při realizaci obrany se předpokládá útok řešit v souladu s principy Oji-Waza, s maximální účelností a účinností v pohybu, s dodržení racionální vzdálenosti a v souladu s časem, útok soupeře bezpečně zakončit správně zvolenou technikou TODOME nebo transportní technikou.

Poznámky:

10.11 SAN DAN (3. DAN)

a) KATA

- Tokui Kata kandidáta:
 - první Kata vybraná mimo základní patnáctku (Heian až Gankaku)
 - druhá vybraná z Bassai Dai až Gankaku
- Kata vybraná zkušebním komisařem (min. 2):
 - Tekki Shodan až Sandan
 - Heian Shodan až Godan

b) KUMITE

- Kihon Ippon Kumite
- Jiyu Ippon Kumite
- Jiyu Kumite

c) SEBEOBRANA

Obrana na útoky, které určí zkušební komisař.

Poznámky:

10.12 YON DAN (4. DAN) až ROKU DAN (6. DAN)

Zkoušky na STV se provádějí na seminářích ČUDK, který zkoušený z části nebo celý vede.

a) KATA

Tokui Kata kandidáta. Uchazeč demonstruje Kata, poté provede instruktáž, kde vysvětlí principy obsažené v Kata a vlastní Bunkai Kata.

b) INSTRUKTÁŽ (výuka)

Zkoušený demonstruje hloubku pochopení Karate-do v dalších oblastech (Kihon, Kumite) vyučuje a opravuje určené cvičence na základě dotazů zkoušejícího.

Zkoušený má za úkol v instruktáži vysvětlit a prakticky demonstrovat vlastní výzkum v oblasti studia technik Karate-do a jejich aplikací v boji s důrazem na pokrok v jejich výzkumu dosažený od získání předešlého STV.

S každým vyšším STV od 5. DANU se předpokládá, že výzkum v Karate-do nebude soustředěn pouze na studium techniky a jejího použití, ale že bude demonstrováno pochopení Karate-do komplexně, tzn. v souvislosti s poznatky ze studia anatomie, fyziologie, psychologie, filozofie, historie, etiky atd.

10.13 SHICHI DAN (7. DAN) až JU DAN (10. DAN)

Stupně technické vyspělosti od 7. Danu se udělují lidem, jejichž práce je velmi významnou pro celé hnutí (ČUDK) jako ohodnocení jejich přínosu pro rozvoj Karate-do.

10.14 Zkratky a vysvětlivky

ASHI WAZA – Technika hodů, kde hrají významnou roli nohy

HE – Heisoku-dachi

KA – Kamae

KANSECU WAZA – Technika páčení

KATA – Forma

KI – Kiba-dachi

KIHON – Základ

KO – Kokutsu-dachi

KOSHI WAZA – Technika hodů, kde hrají významnou roli boky

KUMITE – Boj, aplikace kihon s partnerem

SHIME-WAZA – Technika škrčení

SUTEMI WAZA – Technika hodů pomocí snížení těžiště (strhy)

TE WAZA – Technika hodů, kde hrají významnou roli ruce

UKEMI WAZA – Technika pádů

ZE – Zenkutsu-dachi

11 Závěr

Vedení ČUDK věří, že tento zkušební řád bude, všem adeptům Dento Karate-do, hodnotnou pomůckou při jejich přípravě na zkoušky na STV.

Samostatnou přílohou tohoto řádu jsou zkušební protokoly na STV KYU a DAN.

V Brně 10. ledna 2007

Milan HAŠKA

Lektoroval:

Aleš ROTH