



公益社団法人
日本空手協会
KARATE DO JKA MÉXICO
www.jkamexico.com.mx

GUÍA DE EXÁMENES DE KYU JAPAN KARATE ASSOCIATION

10° Kyu

【KIHON】 En posición básica de SHIZEN TAI

1. CHUUDAN CHOKUZUKI
2. JOUDAN AGEUKE
3. CHUUDAN SOTOUKE
4. GEDAN BARAI
5. MAEGERI (HEISOKU DACHI, GEDAN KAKIWAKE)

* Alternando izquierda y derecha

9° Kyu

【KIHON】 Inician de posición SHIZEN TAI un paso al frente en ZENKUTSU DACHI y regresan atrás a SHIZEN TAI hacia atrás lo mismo

1. CHUUDAN JUNZUKI
2. JOUDAN AGEUKE
3. CHUUDAN SOTOUKE
4. GEDAN BARAI
5. MAEGERI (ZENKUTSUDACHI, GEDAN KAKIWAKE)

* Alternando izquierda y derecha

【KATA】 TAIKYOKU SHOUDAN (20 movimientos)

8° Kyu

[KIHON] IDOU KIHON (Movimientos Básicos)

1. CHUUDAN JUNZUKI (Avanzando ZENKUTSU DACHI 5 tiempos)
2. JOUDAN AGEUKE (Retroceder 5 tiempos)
3. CHUUDAN SOTOUKE (Avanzando 5 tiempos)
4. GEDAN BARAI (Retroceder 5 tiempos)
5. KOKUTSU SHUTOU UKE (Avanzando 5 tiempos)
6. KOKUTSU SHUTOU UKE (Retroceder 5 tiempos)
7. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
8. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE JOUDAN) (Avanzando 4 tiempos)
9. YOKOGERI KEAGE (HEISOKU DACHI, pierna derecha 5 tiempos, izquierda 5 tiempos)

[KATA] HEIAN SHODAN (21 Movimientos)

[KUMITE] GOHON KUMITE (JOUDAN JUNZUKI, CHUUDAN JUNZUKI)

7° Kyu

[KIHON] IDOU KIHON (Movimientos Básicos)

1. CHUUDAN JUNZUKI (Avanzando ZENKUTSU DACHI 5 tiempos)
2. JOUDAN AGEUKE (Retroceder 5 tiempos)
3. CHUUDAN SOTOUKE (Avanzando 5 tiempos)
4. CHUUDAN UCHIUKE (Retroceder 5 tiempos)
5. KOUKUTSU SHUTOU UKE (Avanzando 5 tiempos)
6. KOKUTSU SHUTOU UKE (Retroceder 5 tiempos)
7. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
8. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE JOUDAN) (Avanzando 4 tiempos)
9. YOKOGERI KEAGE (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)

[KATA] HEIAN NIDAN (26 Movimientos)

[KUMITE] GOHON KUMITE (JOUDAN JUNZUKI, CHUUDAN JUNZUKI)

6° Kyu

[KIHON] IDOU KIHON

1. CHUUDAN JUNZUKI (Avanzando ZENKUTSU DACHI 5 tiempos)
2. JOUDAN AGEUKE (Retroceder 5 tiempos)
3. CHUUDAN SOTOUKE (Avanzando 5 tiempos)
4. CHUUDAN UCHIUKE (Retroceder 5 tiempos)
5. KOUKUTSU SHUTOU UKE (Avanzando 5 tiempos)
6. KOKUTSU SHUTOU UKE (Retroceder 5 tiempos)
7. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
8. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE JOUDAN) (Avanzando 4 tiempos)
9. YOKOGERI KEAGE (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)
10. YOKOGERI KEKOMI (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)

[KATA] HEIAN SANDAN (20 Movimientos)

[KUMITE] KIHON IPPON KUMITE (JOUDAN JUNZUKI - CHUUDAN JUNZUKI ambos lados)

5° Kyu

[KIHON] IDO KIHON

1. CHUUDAN JUNZUKI (Avanzando 4 tiempos)
2. JOUDAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
3. CHUUDAN SOTOUKE, GYAKU ZUKI (Avanzando 4 tiempos)
4. CHUUDAN UCHIUKE, CHUUDAN GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
5. KOUKUTSU SHUTOU UKE (Avanzando 4 tiempos)
6. KOKUTSU SHUTOU UKE (Retroceder 4 tiempos)
7. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
8. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE JOUDAN) (Avanzando 4 tiempos)
9. YOKOGERI KEAGE (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)
10. YOKOGERI KEKOMI (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)

[KATA] HEIAN YONDAN (27 Movimientos)

【KUMITE】 KIHON IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI – CHUUDAN JUNZUKI
GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN MAEGERI Ambos lados)

4° Kyu

【KIHON】 IDO KIHON

1. CHUUDAN JUNZUKI (Avanzando 4 tiempos)
2. JODAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
3. CHUUDAN SOTOUKE, GYAKU ZUKI (Avanzando 4 tiempos)
4. CHUUDAN UCHIUKE, CHUUDAN GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
5. KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU DACHI NUKITE (Avanzando 4 tiempos Mawate)
6. MAWASHIGERI (Avanzando 4 tiempos)
7. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
8. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE JODAN) (Avanzando 4 tiempos)
9. YOKOGERI KEAGE (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)
10. YOKOGERI KEKOMI (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)

【KATA】 HEIAN GODAN (23 Movimientos)

【KUMITE】 KIHON IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI – CHUUDAN JUNZUKI,
GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN MAEGERI - CHUUDAN YOKOGERI KEKOMI Ambos
lados)

3° Kyu

【KIHON】 IDO KIHON

1. CHUUDAN JUNZUKI (Avanzando 4 tiempos)
2. JOUDAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
3. CHUUDAN SOTOUKE, GYAKU ZUKI (Avanzando 4 tiempos)
4. CHUUDAN UCHIUKE, CHUUDAN GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
5. KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU DACHI NUKITE (Avanzando 4 tiempos Mawate)
6. KIZAMIGERI MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
7. REN GERI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN, JOUDAN) (Avanzando 2 tiempos Mawate)
8. MAWASHIGERI CHUUDAN (Avanzando 3 Tiempos Mawate)
9. YOKOGERI KEAGE (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)
10. YOKOGERI KEKOMI (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)

【KATA】 TEKKI SHODAN

【KUMITE】 KIHON IPPON KUMITE (JOUDAN JUNZUKI – CHUUDAN JUNZUKI, GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN MAEGERI - CHUUDAN YOKOGERI KEKOMI, MAWASHIGERI Avisando si es JOUDAN o CHUUDAN Ambos lados)

2° Kyu

【KIHON】 IDO KIHON

1. CHUUDAN JUNZUKI (Avanzando 4 tiempos)
2. JOUDAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
3. CHUUDAN SOTOUKE ZENKUTSU DACHI, cambio KIBA DACHI, YOKO ENPI, YOKO URAKEN UCHI (Avanzando 4 tiempos)
4. CHUUDAN UCHIUKE, GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
5. KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU NUKITE (Avanzando 4 tiempos Mawate)
6. KIZAMIGERI MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
7. REN GERI (GEDAN KAKIWAKE, CHUUDAN, JOUDAN) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
8. MAWASHI GERI (Avanzando 4 tiempos)
9. YOKOGERI KEAGE (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)
10. YOKOGERI KEKOMI (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)

【KATA】 JION (47 Movimientos)

【KUMITE】 JIYUU IPPON KUMITE (JODAN JUNZUKI, CHUUDAN JUNZUKI, CHUUDAN MAEGERI, CHUUDAN YOKOGERI KEKOMI, MAWASHIGERI JOUDAN o CHUUDAN Avisando)

1° Kyu

[KIHON] IDO KIHON

1. CHUUDAN JUNZUKI (Avanzando 4 tiempos Mawate)
2. SANBON RENZUKI (Avanzando 4 tiempos)
3. JOUDAN AGEUKE, GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
4. CHUUDAN SOTOUKE, KIBA DACHI YOKO ENPI, YOKO URAKEN UCHI ZENKUTSU DACHI GYAKU ZUKI (Avanzando 4 tiempos)
5. CHUUDAN UCHIUKE, GYAKU ZUKI (Retroceder 4 tiempos)
6. KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU NUKITE (Avanzando 4 tiempos Mawate)
7. KIZAMIGERI MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
8. RENGIERI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN, JOUDAN) (Avanzando 4 tiempos Mawate)
9. MAWASHIGERI (Avanzando 4 tiempos Mawate)
10. KIZAMI GERI MAWASHIGERI (Avanzando 4 tiempos)
11. YOKOGERI KEAGE (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)
12. YOKOGERI KEKOMI (KIBA DACHI, KOSA DACHI 3 Tiempos Mawate lo mismo)

[KATA] BASSAI DAI KANKU DAI, ENPI o JION

[KUMITE] JIYU IPPON KUMITE (JOUDAN JUNZUKI, CHUUDAN JUNZUKI, CHUUDAN MAEGERI, CHUUDAN YOKOGERI KEKOMI, JOUDAN MAWASHIGERI)

JIYU KUMITE (Opcional)

GUIA DE EXAMENES DE DAN

1st Dan

[KIHON] IDO KIHON Moving basics

1. CHUUDAN JUNZUKI (step in)
2. SANBON RENZUKI (step in)
3. JOUDAN AGEUKE, GYAKUZUKI (step back)
4. CHUUDAN SOTOUKE, YOKOENPI, YOKOURA KENUCHI, GYAKUZUKI (ZENKUTSU DACHI changing stance to KIBA DACHI changing stance to ZENKUTSUDACHI) (step in)
5. CHUUDAN UCHIUKE, KIZAMI ZUKI, GYAKUZUKI (step back)

6. KOUKUTSU SHUTOU UKE, ZENKUTSU NUKITE (step in)
7. MAEGERI (GEDAN KAKIWAKE) (step in)
8. RENGARI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN, JOUDAN) (step in)
9. MAWASHIGERI (step in)
10. YOKOGERI KEAGE (KIBADACHI – right and left) (step in)
11. YOKOGERI KEKOMI (ZENKUTSUDACHI)

【KATA】 BASSAI DAI, KANKU DAI, ENPI or JION (your choice)

【KUMITE】 JIYU IPPON KUMITE (right JOUDAN JUNZUKI, right CHUUDAN JUNZUKI, right CHUUDAN MAEGERI, right CHUUDAN YOKOGERI KEKOMI, right CHUUDAN MAWASHI GERI – one side only)

* Inform your choice of JOUDAN or CHUUDAN for MAWASHIGERI

2nd Dan

【KIHON】 IDO KIHON Moving basics

1. CHUUDAN JUNZUKI (step in)
2. SANBON RENZUKI (step in)
3. AGEUKE, SOTOUKE (with same arm), GYAKUZUKI (step back)
4. UCHIUKE, KIZAMIZUKI, GYAKUZUKI (KOKUTSU DACHI to ZENKUTSU DACHI) (step in)
5. KOUKUTSHU SHUTOU UKE, KIZAMI MAEGERI, ZENKUTSU NUKITE (step back)
6. RENGARI (GEDAN KAKIWAKE CHUUDAN, JOUDAN) (step in)
7. YOKOGERI KEAGE, YOKOGERI KEKOMI (KIBA DACHI, alternate feet)
8. YOKOGERI KEKOMI (ZENKUTSUDACHI) (step in)
9. MAWASHIGERI (step in)
10. AGEUKE (step back), MAWASHIGERI, YOKOURA KENUCHI, CHUUDAN JUNZUKI (step in)

【KATA】 Student's favorite KATA

【KUMITE】 JIYU KUMITE

3rd Dan

【KIHON】 IDO KIHON Moving basics

1. JOUDAN KIZAMI ZUKI, JOUDAN JUNZUKI, CHUUDAN GYAKUZUKI (free Kamae) (step in)
2. JOUDAN AGEUKE, CHUUDAN SOTOUKE (with same arm), GYAKUZUKI (step back)
3. CHUUDAN UCHIUKE, KIZAMI ZUKI, GYAKU ZUKI (KOKUTSU DACHI to ZENKUTSU DACHI) (step in)
4. KOUKUTSU SHUTOU UKE, KIZAMI MAEGERI, ZENKUTSU NUKITE (step back)

5. AGEUKE (step back), MAWASHIGERI, YOKOURA KENUCHI, CHUUDAN JUNZUKI (step in)
6. MAEGERI, GYAKUZUKI, YOKOGERI KEKOMI, GYAKUZUKI, MAWASHIGERI, GYAKUZUKI (alternate feet) (step in)

【KATA】 Student's favorite KATA

【KUMITE】 JIYU KUMITE

4th Dan

【KIHON】 IDO KIHON Moving basics

1. SANBON RENZUKI (step in)
2. AGEUKE, SOTOUKE (with same arm), GYAKUZUKI (step back)
3. CHUUDAN UCHIUKE, KIZAMIZUKI, GYAKUZUKI (KOKUTSU DACHI, ZENKUTSU DACHI) (step in)
4. SHUTOUKE, KIZAMI MAEGERI, ZENKUTSU NUKITE (step back)
5. MAEGERI, JUNZUKI (step in)
6. MAEGERI, GYAKUZUKI (step in)
7. YOKOGERI KEKOMI, GYAKUZUKI (step in)
8. MAWASHIGERI, GYAKUZUKI (step in)
9. MAEGERI, YOKOGERI KEKOMI, USHIROGERI (ZENKUTSU DACHI same feet right and left)

【KATA】 from HEIAN SHODAN to TEKKI NIDAN specified by examiner, Student's favorite KATA

【KUMITE】 JIYU KUMITE

5th Dan

【KIHON】 IDO KIHON Moving basics

1. SANBON RENZUKI (step in)
2. AGEUKE, SOTOUKE (with same arm), GYAKUZUKI (step back)
3. CHUUDAN UCHIUKE, KIZAMIZUKI, GYAKUZUKI (KOUKUTSU DACHI, ZENKUTSUDACHI) (step in)
4. SHUTOU UKE, KIZAMI MAEGERI, ZENKUTSU NUKITE (step back)
5. MAEGERI, JOUDAN JUNZUKI, CHUUDAN GYAKUZUKI (step in)
6. YOKOGERI KEKOMI, GYAKUZUKI (step in)
7. MAWASHIGERI, GYAKUZUKI (step in)
8. MAEGERI, YOKOGERI KEKOMI, MAWASHIGERI, GYAKUZUKI (alternate feet) (step in)
9. MAEREGI, YOKOGERI KEKOMI, USHIROGERI (ZENKUTSUDACHI, with same foot, right and left)

【KATA】 from HEIAN SHODAN to TEKKI SANDAN – specified by examiner, Student's favorite KATA (Question and Answer Session)

【KUMITE】 JIYU KUMITE

6th Dan

【KIHON】 Specified by examiner

【KATA】 BASSAIDAI, KANKUUDAI, ENPI, or JION – specified by examiner Student's favorite KATA (Question and Answer Session)

【KUMITE】 JIYUU KUMITE

- Question and Answer Session on technique
- Submit a report on technique on the exam day

7th Dan

【KIHON】 Specified by examiner

【KATA】 Student's favorite KATA (Question and Answer Session)

【KUMITE】 JIYUU KUMITE

- Question and Answer Session on technique
- Submit a report on technique on the exam day

8th Dan

Recommendation by Shihankai

9th and 10thDan