

Exameneisen 5^e kyu (gele band)

Technieken

Opwaartse slagen:	1 t/m 2	<input type="checkbox"/>
Neerwaartse slagen:	1 t/m 2	<input type="checkbox"/>
Zijwaartse slagen:	1 t/m 2	<input type="checkbox"/>
Voorwaartse slagen:	1 t/m 2	<input type="checkbox"/>
Variatie slagen:	1 t/m 2	<input type="checkbox"/>
Verleng slagen:	1 t/m 2	<input type="checkbox"/>

Kata

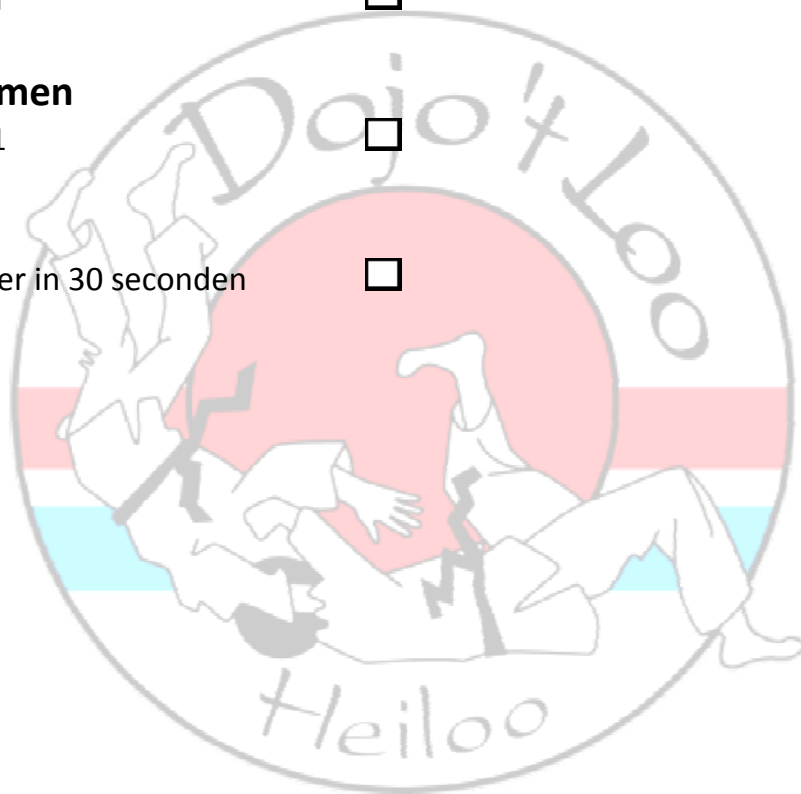
1 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
----------------------------	--------------------------

Kumite vormen

Kumite vorm 1	<input type="checkbox"/>
---------------	--------------------------

Tempo

Grippen 40 keer in 30 seconden	<input type="checkbox"/>
--------------------------------	--------------------------



Exameneisen 4^e kyu (oranje band)

Technieken

Opwaartse slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>
Neerwaartse slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>
Zijwaartse slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>
Voorwaartse slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>
Variatie slagen:	1 t/m 5	<input type="checkbox"/>
Verleng slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>

Fragmenten

Fragment:	1 t/m 5	<input type="checkbox"/>
-----------	---------	--------------------------

Kata

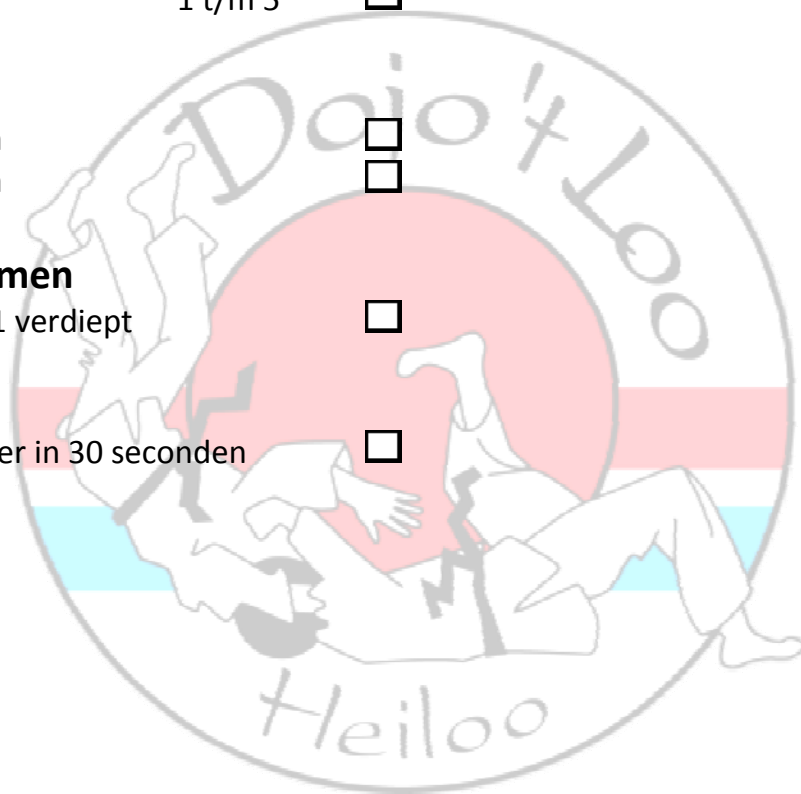
- 1^e Schakelkata
- 2^e Schakelkata

Kumite vormen

Kumite vorm 1 verdiept	<input type="checkbox"/>
------------------------	--------------------------

Tempo

Grippen 50 keer in 30 seconden	<input type="checkbox"/>
--------------------------------	--------------------------



Exameneisen 3^e kyu (groene band)

Technieken

Opwaartse slagen:	1 t/m 6	<input type="checkbox"/>
Neerwaartse slagen:	1 t/m 6	<input type="checkbox"/>
Zijwaartse slagen:	1 t/m 6	<input type="checkbox"/>
Voorwaartse slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>
Variatie slagen:	1 t/m 5	<input type="checkbox"/>
Verlengslagen:	1 t/m 6	<input type="checkbox"/>

Fragmenten

Fragment:	1 t/m 10	<input type="checkbox"/>
-----------	----------	--------------------------

Kata

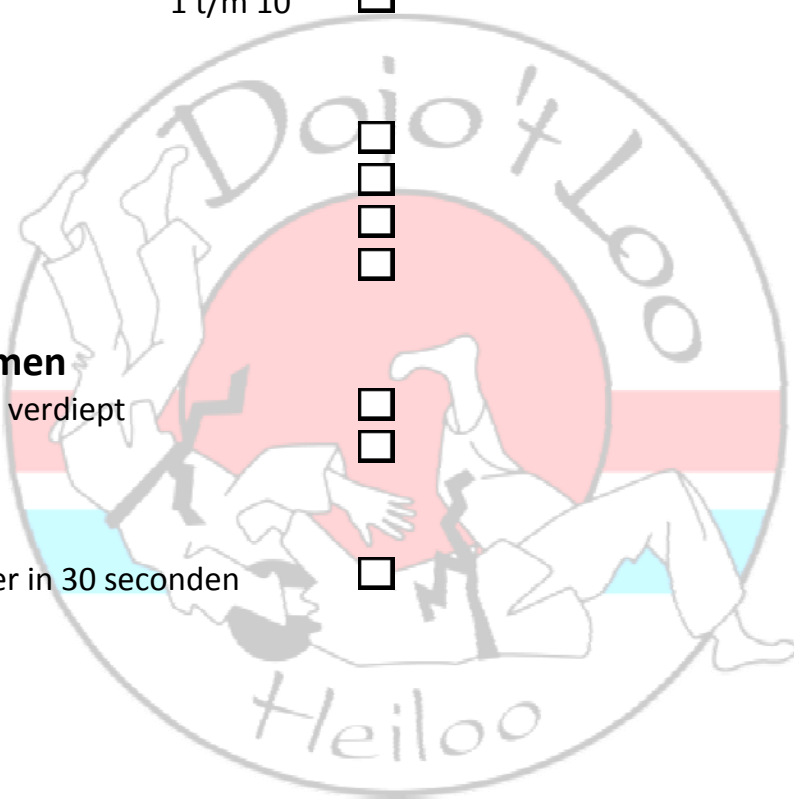
1 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
2 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
3 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
Wedstrijdkata	<input type="checkbox"/>

Kumite vormen

Kumite vorm 1 verdiept	<input type="checkbox"/>
Kumite vorm 2	<input type="checkbox"/>

Tempo

Grippen 60 keer in 30 seconden	<input type="checkbox"/>
--------------------------------	--------------------------



Exameneisen 2^e kyu (blauwe band)

Technieken

Opwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Neerwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Zijwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Voorwaartse slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>
Variatie slagen:	1 t/m 5	<input type="checkbox"/>
Verlengslagen:	1 t/m 6	<input type="checkbox"/>

Fragmenten

Fragment:	1 t/m 15	<input type="checkbox"/>
-----------	----------	--------------------------

Kata

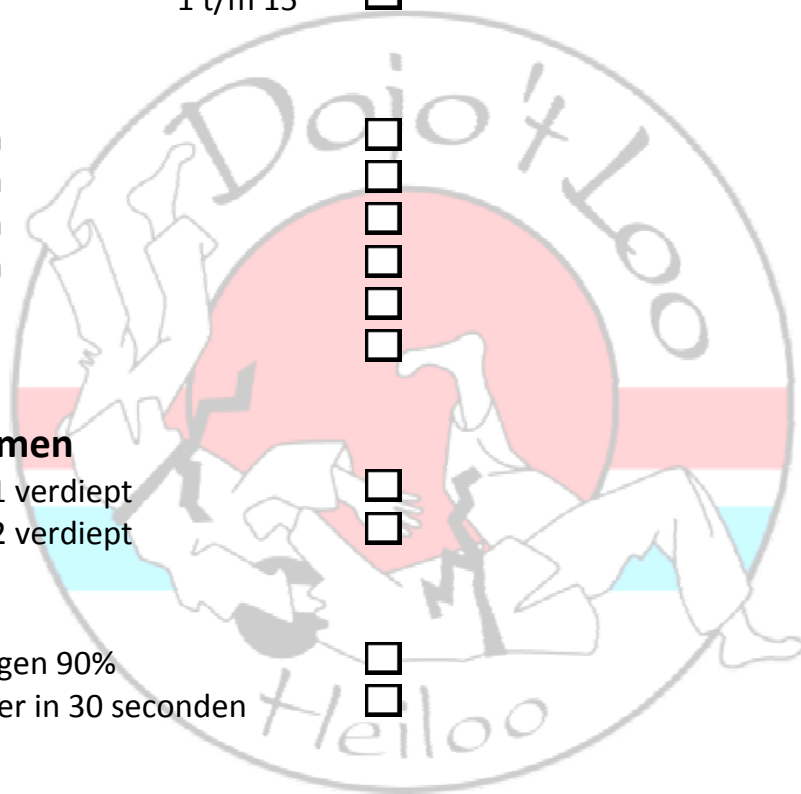
1^e Schakelkata
2^e Schakelkata
3^e Schakelkata
4^e Schakelkata
Wedstrijdkata
Kata The

Kumite vormen

Kumite vorm 1 verdiept
Kumite vorm 2 verdiept

Tempo

Percentageslagen 90%
Grippen 60 keer in 30 seconden



Exameneisen 1^e kyu (bruine band)

Technieken

Opwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Neerwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Zijwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Voorwaartse slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>
Variatie slagen:	1 t/m 5	<input type="checkbox"/>
Verlengslagen:	1 t/m 6	<input type="checkbox"/>

Fragmenten

Fragment:	1 t/m 25	<input type="checkbox"/>
-----------	----------	--------------------------

Kata

1 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
2 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
3 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
4 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
5 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
Wedstrijdkata	<input type="checkbox"/>
Kata The	<input type="checkbox"/>
Kata Blok	<input type="checkbox"/>
Eigen Kata	<input type="checkbox"/>

Kumite vormen

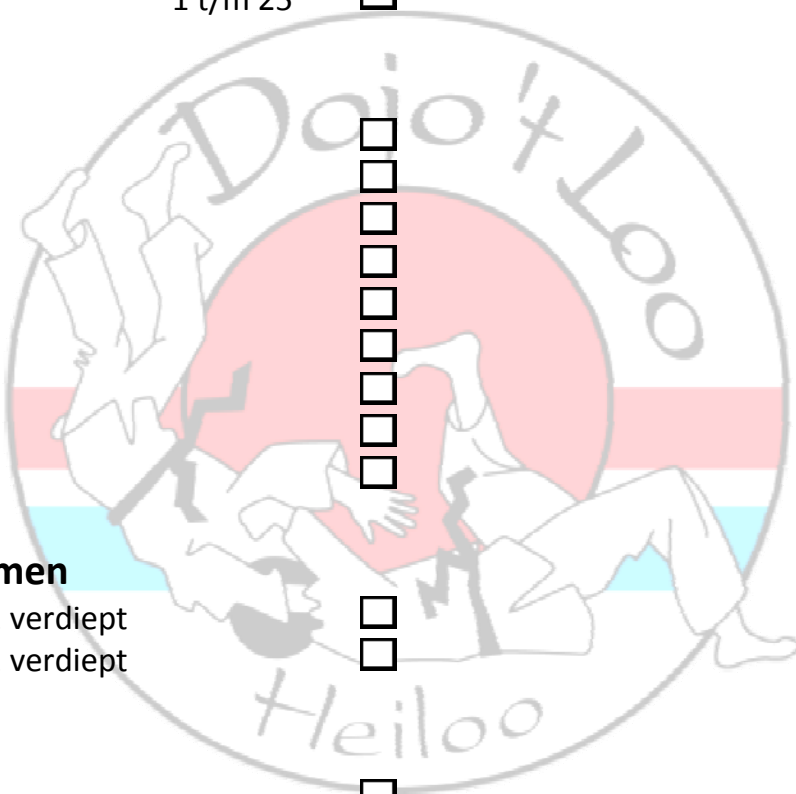
Kumite vorm 1 verdiept	<input type="checkbox"/>
Kumite vorm 2 verdiept	<input type="checkbox"/>

Freestyle

Eigen Freestyle	<input type="checkbox"/>
-----------------	--------------------------

Tempo

Percentageslagen 92%	<input type="checkbox"/>
Grippen 60 keer in 30 seconden	<input type="checkbox"/>



Exameneisen 1^e dan (zwarte band)

Technieken

Opwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Neerwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Zijwaartse slagen:	1 t/m 8	<input type="checkbox"/>
Voorwaartse slagen:	1 t/m 4	<input type="checkbox"/>
Variatie slagen:	1 t/m 5	<input type="checkbox"/>
Verlengslagen:	1 t/m 6	<input type="checkbox"/>

Fragmenten

Fragment:	1 t/m 25	<input type="checkbox"/>
-----------	----------	--------------------------

Kata

1 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
2 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
3 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
4 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
5 ^e Schakelkata	<input type="checkbox"/>
Wedstrijdkata	<input type="checkbox"/>
Kata The Synchroon	<input type="checkbox"/>
Kata Blok	<input type="checkbox"/>
Eigen Kata	<input type="checkbox"/>
Kata Shodan	<input type="checkbox"/>

Tempo

Percentageslagen	95%	<input type="checkbox"/>
------------------	-----	--------------------------

Freestyle

Eigen Freestyle	<input type="checkbox"/>
-----------------	--------------------------

Jutsu

1 ^e Serie Nunchaku Jutsu	<input type="checkbox"/>
-------------------------------------	--------------------------

Overig

Basiscombinatie	1 t/m 5	<input type="checkbox"/>
-----------------	---------	--------------------------

