



WORLD OSHUKAI FEDERATION OKINAWA KARATE DO SHORIN RYU

五
修
会

Nom :
Prénom : Age :
Grade actuel : Depuis le :
Club :
Professeur :

Adresse :
Ville :
Code postal : Pays :
Date de naissance :

Autorisation du Professeur obligatoire

Date :

Signature :

PASSAGE DE GRADE 4^{ème} Kyu de KARATE (ceinture orange)

PROGRAMME	Note /5	Note /5	Note /5	Note /5	TOTAL	OBSERVATIONS
Kihon Waza Daï Ichi	TECHNIQUE	POSTURE	VITESSE	KIME	/20	
Fukyu Gata Ni	TECHNIQUE	POSTURE	VITESSE	KIME	/20	
Pinan Shodan	TECHNIQUE	POSTURE	VITESSE	KIME	/20	
Fukyu Gata Ni Kata Kumiwaza	POSTURE TECHNIQUE	ATTITUDE COMBAT	TIMING	KIME	/20	
Shuyo Waza Kumité Les trois 1 ^{ère} techniques de bras + Mae geri	ATTITUDE COMBAT	POSTURE TECHNIQUE	VITESSE	KIME	/20	
Bunkai Fukyu Gata Ichi	ATTITUDE COMBAT	POSTURE TECHNIQUE	VITESSE	KIME	/20	

Signature de la commission technique

Lieu :

TOTAL

/120

Date :

RESULTAT

/20

BAREME : 1 - Faible 4 - Bien
2 - Insuffisant 5 - Très Bien
3 - Suffisant

La note minimum pour
obtenir le grade est 12/20