

Koryu Uchinadi

Finland

Kauniaisten karate ry

Junioreiden

Vyökoevaatimukset

Keltainen (5.kyu)

(vähintään 20 harjoitusta aloituksesta)

Tsuki waza

- sonoba tsuki chudan/jodan/gedan
- gyaku tsuki

Keri waza

(paikalta shizentai-asennosta
ja takajalalla kamppailuasennosta)

- mae geri (takajalalla liukumisakeleen kanssa)
- hiza geri (etujalalla vaihtoaskeleeseen kanssa)

Uke waza, tasot 1

(paikalta shizentai-asennosta)

- jodan uke
- gedan barai
- uchi uke
- soto uke
- kake uke
- shuto uke

Ukemi

(paikalta shizentai-asennosta)

- mae
- ushiro
- yoko

Kihon oyo jutsu, taso 1

(irrottautumiset)

- jodan uke
- gedan barai
- uchi uke

Shiai waza

- kisami tsuki
- gyaku tsuki
- kisami tsuki - gyaku tsuki

Keltainen + natsa

(vähintään 20 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki waza	- sonoba tsuki chudan/jodan/gedan - <i>sandan tsuki</i> - gyaku tsuki
<i>Uchi waza</i>	- <i>haito uchi</i> - <i>tettsui uchi</i>
Keri waza	- mae geri (takajalalla liukumisaskeleen kanssa) - hiza geri (etujalalla vaihtoaskeleen kanssa) - <i>yoko geri</i> (etujalalla, takajalka ponnistaa)
Uke waza, tasot 1 (paikalta shizentai-asennosta)	- jodan uke - gedan barai - uchi uke - soto uke - kake uke - shuto uke
Ukemi (paikalta shizentai-asennosta ja <i>rullaava</i> kamppailuasennosta)	- mae - ushiro
Kihon oyo jutsu, taso 1 (irrottautumiset)	- jodan uke - gedan barai - uchi uke - <i>soto uke</i> - <i>kake uke</i> - <i>shuto uke</i>
Shiai waza	- <i>kake tsuki</i> - <i>age tsuki</i> - kisami tsuki - gyaku tsuki - <i>kisami tsuki - gyaku tsuki - kake tsuki</i>

Keltainen + 2 natsaa

(vähintään 20 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki waza	<ul style="list-style-type: none">- sonoba tsuki chudan/jodan/gedan- sandan tsuki- gyaku tsuki
Uchi waza	<ul style="list-style-type: none">- haito uchi- <i>shuto uchi</i>- tettsui uchi- <i>enpi uchi</i>- <i>uraken uchi</i>
Keri waza	<ul style="list-style-type: none">- mae geri (takajalalla liukumisaskeleen kanssa)- <i>kinteki geri</i> (etujalalla lataamatta)- hiza geri (etujalalla vaihtoaskeleen kanssa)- <i>fumi komi</i> (takajalalla ilman liukumisaskelta)- yoko geri (etujalalla, takajalka ponnistaa)- <i>mawashi geri</i> (takajalalla, läpi ja ympäri)
Uke waza, tasot 1 -2 (paikalta shizentai-asennosta ja <i>askeleen kanssa</i>)	<ul style="list-style-type: none">- jodan uke (<i>moto dachi</i>)- gedan barai (<i>moto dachi – gyaku zenkutsu dachi</i>)- uchi uke (<i>moto dachi – neko ashi dachi</i>)- soto uke (<i>shiko dachi</i>)- kake uke (<i>moto dachi – neko ashi dachi</i>)- shuto uke (<i>neko ashi dachi</i>)
Ukemi (paikalta shizentai-asennosta ja <i>rullaava</i> kamppailuasennosta)	<ul style="list-style-type: none">- mae- ushiro- <i>yoko</i>
Kihon oyo jutsu, taso 1 (irrottautumiset)	<ul style="list-style-type: none">- kaikki 6 kpl
Shiai waza	<ul style="list-style-type: none">- kisami tsuki - gyaku tsuki- kisami tsuki - gyaku tsuki - kake tsuki- <i>kisami tsuki - gyaku tsuki - age tsuki - kake tsuki</i>

Oranssi (4.kyu)

(vähintään 30 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki waza	<ul style="list-style-type: none">- sonoba tsuki chudan/jodan/gedan- sandan tsuki- gyaku tsuki
Uchi waza	<ul style="list-style-type: none">- haito uchi- shuto uchi- tettsui uchi- enpi uchi- uraken uchi
Keri waza	<ul style="list-style-type: none">- mae geri (takajalalla liukumisaskeleen kanssa)- kinteki geri (etujalalla lataamatta)- hiza geri (etujalalla vaihtoaskeleen kanssa)- fumi komi (takajalalla ilman liukumisaskelta)- yoko geri (etujalalla, takajalka ponnistaa)- mawashi geri (takajalalla, läpi ja ympäri)
Uke waza, tasot 1 -2 (paikalta shizentai-asennosta ja askeleen kanssa)	<ul style="list-style-type: none">- jodan uke (moto dachi)- gedan barai (moto dachi – gyaku zenkutsu dachi)- uchi uke (moto dachi – neko ashi dachi)- soto uke (shiko dachi)- kake uke (moto dachi – neko ashi dachi)- shuto uke (neko ashi dachi)
Shiai waza <i>(vapaavalintaiset yhdistelmät pistehanskoihin)</i>	<ul style="list-style-type: none">- kahden lyönnin yhdistelmä- kolmen lyönnin yhdistelmä- neljän lyönnin yhdistelmä
<i>Goshin jutsu (irrottautuminen)</i>	<ul style="list-style-type: none">- ranneote sama puoli- ranneote ristiin- rinnusote- työntö- yläkoukku- rystylyönti

Oranssi + natsa

(vähintään 30 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki waza	- gyaku tsuki
Uchi waza	- haito uchi - shuto uchi - tettsui uchi - enpi uchi - uraken uchi
Keri waza	- edelliset 6 kpl
Uke waza, tasot 1 -2 (paikalta shizentai-asennosta ja askeleen kanssa)	- edelliset 6 kpl
Ukemi (paikalta shizentai-asennosta ja rullaava kamppailuasennosta)	- mae - ushiro - yoko
Kihon oyo jutsu, <i>junioritaso 3</i> <i>(kaadot)</i>	- <i>jodan uke</i> - <i>gedan barai</i> - <i>uchi uke</i>
Shiai waza	- kisami tsuki - gyaku tsuki - kisami tsuki - gyaku tsuki - kake tsuki - kisami tsuki - gyaku tsuki - age tsuki - kake tsuki - <i>mae geri - kisami tsuki - gyaku tsuki</i> - <i>nyrkkeily-drillin "go no sen"-osuus (erillisinä paritekniikoina)</i>
<i>Ne waza</i> <i>(sidonta ja poistuminen)</i>	- <i>kesa gatame</i> - <i>tate gatame</i>

Oranssi + 2 natsaa

(vähintään 30 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki + uchi waza	- edelliset 6 kpl
Keri waza	- edelliset 6 kpl
Uke waza, tasot 1 -2 (paikalta shizentai-asennosta ja askeleen kanssa)	- edelliset 6 kpl
Ukemi (shizentai-asennosta tai kamppailuasennosta <i>kun toinen työntää</i>)	- mae - ushiro - yoko
Kihon oyo jutsu, <i>junioritaso 3 (kaadot)</i>	- jodan uke - gedan barai - uchi uke - <i>soto uke</i> - <i>kake uke</i> - <i>shuto uke</i>
Shiai waza	- kisami tsuki - gyaku tsuki - kisami tsuki - gyaku tsuki - kake tsuki - kisami tsuki - gyaku tsuki - age tsuki - kake tsuki - mae geri - kisami tsuki - gyaku tsuki - <i>kisami tsuki - gyaku tsuki - mawashi geri</i> - <i>potkunyrkkeily-drillin "go no sen" -osuus (erillisinä paritekniikkoina)</i>
Ne waza (sidonta ja poistuminen)	- kesa gatame - tate gatame - <i>do jime (sekä alta että päältä)</i>

Vihreä (3.kyu)

(vähintään 40 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki + uchi waza - edelliset 6 kpl

Keri waza - edelliset 6 kpl

Uke waza, tasot 1 -2 - edelliset 6 kpl
(paikalta shizentai-asennosta ja askeleen kanssa)

Kata - Kihon kata

Shiai waza - kahden lyönnin yhdistelmä
(vapaavalintaiset yhdistelmät - kolmen lyönnin yhdistelmä
pistehanskoihin/tyynyihin) - *kolmen tekniikan lyönti- potkuyhdistelmä*
- *neljän tekniikan lyönti- potkuyhdistelmä*

- *yksittäisten lyöntien ja potkujen torjuminen sekä vastaiskut (go no sen)*

Goshin jutsu - ranneote sama puoli
(irrottautuminen, - ranneote ristiin
kaataminen) - rinnusote
- työntö
- yläkoukku
- rystylyönti

Randori - asennot

Jiyu kumite - lyönnit ja potkut pitkältä etäisyydeltä
("hyökätään vuorotellen" -periaatteella)

Vihreä + natsa

(vähintään 40 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki + uchi waza	- edelliset 6 kpl
Keri waza	- edelliset 6 kpl
Uke waza, tasot 1 -2 (paikalta shizentai-asennosta ja askeleen kanssa)	- edelliset 6 kpl
Shiai waza	- kisami tsuki - gyaku tsuki - age tsuki - kake tsuki - mae geri - kisami tsuki - gyaku tsuki - kisami tsuki - gyaku tsuki - mawashi geri <i>- kisami tsuki - mawashi geri - kake tsuki - age tsuki</i> <i>- nyrkkeily-drillin "sen no sen" -osuus (erillisinä paritekniikkoina)</i>
<i>Futari geiko</i>	<i>- tsuki futari geiko</i>
Ne waza (sidonta ja poistuminen)	- kesa gatame - tate gatame - do jime (sekä alta että päältä) <i>- yoko gatame</i> <i>- uki gatame</i>

Vihreä + 2 natsaa

(vähintään 40 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki + uchi waza	- edelliset 6 kpl
Keri waza	- edelliset 6 kpl
Uke waza, tasot 1 -2 (paikalta shizentai-asennosta ja askeleen kanssa)	- edelliset 6 kpl
Shiai waza	- kisami tsuki - gyaku tsuki - age tsuki - kake tsuki - mae geri - kisami tsuki - gyaku tsuki - kisami tsuki - gyaku tsuki - mawashi geri - kisami tsuki - mawashi geri - kake tsuki - age tsuki <i>- gyakutsuki - agetsuki - agetsuki - hizageri – hizageri</i> <i>- potkunyrkkeily-drillin ”sen no sen” -osuus (erillisinä</i> <i>paritekniikkoina)</i>
Futari geiko	- tsuki futari geiko
<i>Positiodrillit</i>	<i>- käsipositiodrilli 1 (virtaavana pariharjoitteena)</i>
Ne waza (sidonta ja poistuminen)	- kesa gatame - tate gatame - do jime (sekä alta että päältä) - yoko gatame - uki gatame <i>- ushiro gatame</i> <i>- tate ushiro gatame</i>

Sininen (2. kyu)

(vähintään 50 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Tsuki + uchi waza	- edelliset 6 kpl
Keri waza	- edelliset 6 kpl
Uke waza, tasot 1 -2 (paikalta shizentai-asennosta ja askeleen kanssa)	- edelliset 6 kpl
Kata	- Kihon kata <i>- Taisabaki kata</i>
Futari geiko	- tsuki futari geiko
Shiai waza (vapaavalintaiset yhdistelmät pistehanskoihin/tyynyihin)	- kolmen lyönnin yhdistelmä - neljän lyönnin yhdistelmä - kolmen tekniikan lyönti- potkuyhdistelmä - neljän tekniikan lyönti- potkuyhdistelmä - viiden tekniikan lyönti- potkuyhdistelmä
Goshin jutsu <i>(irrottautuminen tai vastaisku)</i>	<i>- käsihyökkäykset</i> <i>- potkut</i>
Randori	- asennot ja <i>tilanteiden vaihto</i>
Jiyu kumite	<i>- lyönnit ja potkut pitkältä etäisyydeltä</i>

Sininen + natsa

(vähintään 70 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Kihon (*voimantuoton periaatteita*)

- *shuto uchi alaviistoon*
- *haito uchi yläviistoon*
- *uraken uchi yläviistoon*
- *tettsui uchi alaviistoon*

Positiidrillit

- käsipositiidrilli 1 (virtaavana pariharjoitteena)
- *käsipositiidrilli 2 (virtaavana pariharjoitteena)*

Ne waza

(sidonta sekä poistuminen,
nivellukko)

- kesa gatame
- tate gatame
- do jime (sekä alta että päältä)
- yoko gatame
- uki gatame
- ushiro gatame
- tate ushiro gatame
- *standing guard (sekä alta että päältä)*

Shiai kumite waza

(puolustautuminen)

- *kisami tsuki —> suljettu asento, ulkopuolella*
- *kisami - gyaku tsuki —> suljettu asento, sisäpuolella*
- *mae geri —> avoin asento, ulkopuolella*
- *mawashi geri —> avoin asento, sisäpuolella*

Sininen + 2 natsaa

(vähintään 90 harjoitusta edellisestä kokeesta)

Kihon (voimantuoton periaatteita)	<ul style="list-style-type: none">- shuto uchi alaviistoon- haito uchi yläviistoon- uraken uchi yläviistoon- tettsui uchi alaviistoon- <i>mae geri</i>- <i>ushiro geri</i>- <i>yoko geri</i>- <i>fumi komi</i>
Kata	<ul style="list-style-type: none">- Kihon kata- Taisabaki kata
Futari geiko	<ul style="list-style-type: none">- tsuki futari geiko- <i>uke futari geiko</i>
Positiodrillit	<ul style="list-style-type: none">- käsipositiodrilli 1 (virtaavana pariharjoitteena)- käsipositiodrilli 2 (virtaavana pariharjoitteena)- <i>käsipositiodrilli 1 + kaadot (erillisinä paritekniikkoina)</i>
Ne waza (sidonta sekä poistuminen, nivellukko)	<ul style="list-style-type: none">- kesa gatame- tate gatame- do jime (sekä alta että päältä)- yoko gatame- uki gatame- ushiro gatame- tate ushiro gatame- standing guard (sekä alta että päältä)- <i>half-guard (sekä alta että päältä)</i>
Shiai kumite waza <i>(hyökkääminen)</i>	<ul style="list-style-type: none">- <i>suljettu asento, ulkopuolella</i>- <i>suljettu asento, sisäpuolella</i>- <i>avoin asento, ulkopuolella</i>- <i>avoin asento, sisäpuolella</i>

Ruskea 1. kyu

Junioreille vain harvoin – vaatimukset sovelletaan aikuisten vyökoevaatuksista