

2. KYU (HNĚDÝ PÁS)

KIHON

Kihon-technika se provádí 5x pokud není uvedeno jinak, poslední akce s Kiai

1. Yame, Yoi
2. Hidari Zenkutsu-Dachi s Gedan-Barai Hajime
 - 2.1. vpřed v Zenkutsu-Dachi s Jodan Oi-Zuki
 - 2.2. vzad v Zenkutsu-Dachi s Jodan Age-Uke / Chudan Gyaku-Zuki
 - 2.3. vpřed v Zenkutsu-Dachi s Chudan Oi-Zuki
 - 2.4. vzad v Zenkutsu-Dachi s Chudan Soto-Uke / překrok do Kiba-Dachi s Chudan Yoko-Empi-Uchi / Tate-Uraken-Uchi / překrok do Zenkutsu-Dachi s Chudan Gyaku-Zuki
 - 2.5. vpřed v Zenkutsu-Dachi se Sanbon-Zuki (Jodan / Chudan / Chudan)
 - 2.6. vzad do Kokutsu-Dachi s Chudan Shuto-Uke / překrok do Zenkutsu-Dachi s Chudan Gyaku-Uchi-Uke / Jodan Kizami-Zuki / Chudan Gyaku-Zuki
 - 2.7. 3x vpřed v Zenkutsu-Dachi s Ren-Geri (Chudan Mae-Geri / Jodan Hineri Ura-Mawashi-Geri s došlapem vpřed)
Mawate v Zenkutsu-Dachi s Gedan-Barai
 - 2.8. 3x vpřed v Zenkutsu-Dachi s Ren-Geri (Chudan Mae-Geri / Jodan Hineri Ura-Mawashi-Geri s došlapem vpřed)
Mawate v Zenkutsu-Dachi s Gedan-Barai
 - 2.9. vpřed v Zenkutsu-Dachi s Hineri Chudan Mae-Geri / stejnou nohou bez položení Jodan Ura-Mawashi-Geri
Mawate v Zenkutsu-Dachi s Gedan-Barai
 - 2.10. vpřed v Zenkutsu-Dachi s Chudan Ushiro-Geri
Mawate do Kiba-Dachi s Gedan-Barai
 - 2.11. 3x vpřed v Kiba-Dachi s Ren-Geri (Jodan Yoko-Geri-Keage / Chudan Hineri Yoko-Geri-Kekomi)
Mawate do Kiba-Dachi s Gedan-Barai
 - 2.12. 3x vpřed v Kiba-Dachi s Ren-Geri (Jodan Yoko-Geri-Keage / Chudan Hineri Yoko-Geri-Kekomi)
Mawate do Kiba-Dachi s Gedan-Barai
3. Yame
4. vpřed do Hidari Zenkutsu-Dachi s Gedan-Barai
 - 4.1. 3x na místě v Chudan-Kamae Migi Sonoba-Geri:
Jodan Mae-Geri-Keage / stejnou nohou vzad Chudan Ushiro-Geri, pak došlap vzad do Chudan-Kamae
5. Yame
6. vpřed do Migi Zenkutsu-Dachi s Gedan-Barai
 - 6.1. 3x na místě v Chudan-Kamae Hidari Sonoba-Geri:
Jodan Mae-Geri-Keage / stejnou nohou vzad Chudan Ushiro-Geri, pak došlap vzad do Chudan-Kamae
7. Yame

KUMITE

Jiyu-Ippon-Kumite

Útok (Tori) – Chudan Kamae / volné vystřídání postoje (levá-pravá)

1. z Chudan Kamae: Jodan Oi-Zuki
2. z Chudan Kamae: Chudan Oi-Zuki
3. z Chudan Kamae: Chudan Mae-Geri-Keage
4. z Chudan Kamae: Chudan Yoko-Geri-Kekomi
5. z Chudan Kamae: Jodan Ura-Mawashi-Geri
6. z Chudan Kamae: Chudan Ushiro-Geri

Obrana (Uke)

1. – 5. z Chudan Kamae: Uke volné, Kime-Waza-technika s přiměřeným odstupem (Ma-ai), po Kime-Waza opět Kamae a ZANSHIN

1. **Obě strany stojí proti sobě ve volném bojovém postoji.**
2. **Tori** nahlásí techniku, zaujme vzdálenost a zaútočí. Útok vykonává s nejvyšším nasazením, bez myšlenek na další očekávanou akci obránce.
3. **Uke** se nesmí snažit o prodloužení vzdálenosti, aby se nemohl vyhnout boji (získání nadměrné vzdálenosti), **naopak by měl útok blokovat vždy s překrokiem Tai-Sabaki či Sabaki** (ne pouze s odsunem, ale celým krokem do strany) na co nejkratší vzdálenost a obranu ukončit silnou kontrujícím technikou IPPON. Při protiútku dodržet správnou vzdálenost od soupeře a útok včas zastavit (Sun-Dome).
4. **Tori i Uke** drží svůj útok v kime po dobu 1 s.
5. **Tori i Uke** zaujímá po akci Kamae a Zanshin čelem proti druhému soupeři.

2. KYU (HNĚDÝ PÁS)

KATA

1. **Shitei kata: Bassai Dai**
 2. **Dle volby zkoušejícího – Sentei kata: Heian 1-5, Tekki Shodan**
-

KATA BUNKAI

1. Analýza tří sekvencí Shitei kata s jedním partnerem na demonstraci.
Důraz je kladen na reálnost provedení a zakončení předváděné akce.
-

FYZICKÝ TEST

1. **Maximální délka trvání celého testu: 60 sekund**
 - 1.1. 11 námořníků (dřep ve výskoku, klik, sklapovačka)
-

PŘEDPOKLÁDANÉ TEORETICKÉ ZNALOSTI

1. Znalost pojmů: **základní tréninkové a soutěžní formy – Kihon, Kata, Kata Bunkai, Kata Shiai, Sanbon-Kumite, Gohon-Kumite, Ippon-Kumite, Kaeshi-Ippon-Kumite, Jiyu-Kumite, Jiyu-Ippon Kumite, Okuri-Jiyu-Ippon-Kumite, Happo-Kumite, Kumite Shiai.**
2. Znalost všech pojmů uvedených v tomto zkušební řádu a řádech předchozích
3. Zkoušený musí na začátku a konci zkoušek vykonat pozdrav dle etikety DOJO a tuto po celou dobu zkoušek dodržovat.