



SHODAN SHIKEN

GODAN

oktober 2013
versie 1

Naam & Voorn. kandidaat: Datum:

OP = Opgelegd Programma / VP = Vrij Programma

nr/aant	UIT TE VOEREN TECHNIEKEN		score
OP - 1	KLEMMEN		
10	Klemmen vrije keuze op 3 verschillende aanvallen en met 3 verschillende afwerkingen		A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
5	Klemmen uit vorige 10, gekozen door de jury, met uitleg		
OP - 2	KATA		
6	Vrije keuze	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
OP - 3	EXTRA		
	Basis kennis van de kandidaat onderzoeken ivm : dojo etiquette, japanse terminologie, wapenkennis, pijnpunten, etc		A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
VP - 1	GEVOELIGE PUNTEN		
10	Drukpunten (na aanval en verdediging) bij gecontroleerd persoon (grondliggend of staand)		A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
VP - 2	KLEMMEN		
25	Klem op vuistslag onmiddellijk gevolgd door een andere klem		A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
VP - 3	VERDEDIGINGSTECHNIEKEN – ALGEMEEN		
20	Verdediging op aanval – volledig vrije keuze		A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
VP - 4	TECHNIEKEN OP VOORSTEL VAN DE JURY		
10	Technieken met wapen		A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/>
1	Vrije kata (niet YJJR)		C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>

