



イタリア空手道極真会館

Organizzazione Italiana Karate Kyokushinkai

ESAMI SCRITTI PER CINTURA VERDE, MARRONE E NERA

RISPONDERE ALLE 50 DOMANDE

Cognome e nome _____ Luogo e data _____

DOMANDA	RISPOSTA (scrivere in stampatello)
1. Il fondatore del Kyokushinkai	Sosai Masutatsu Oyama
2. Il significato di Kyokushinkai	Associazione dell'estrema verità
3. Il simbolo del Kyokushinkai	Kanku ("contemplare il cielo")
4. Significato della parola "Karate"	Mano vuota
5. Combinazioni di tecniche da combattimento	Renraku Waza
6. Studio delle applicazioni di un Kata	Bunkai ("analizzare", "dividere in parti")
7. Prova di rottura di oggetti	Tameshiwari
8. Luogo di pratica	Dojo
9. Posizione della clessidra	Sanchin Dachi
10. Palmo della mano	Shotei
11. Polso flesso	Koken
12. Parata circolare frontale	Mae Mawashi Uke
13. Calcio frontale verso l'alto	Mae Keage
14. Tsuki No Kata	Kata di pugni
15. Tempia	Komekami
16. Parata a cucchiaio	Sukui Uke
17. Colpo verso il basso con il gomito	Oroshi Hiji Ate
18. Parte frontale del pugno/pugno frontale	Seiken
19. Mano a punta di lancia con quattro dita	Yohon Nukite
20. Posizione seduta	Seiza
21. Calcio circolare dall'esterno verso l'interno	Soto Mawashi Geri
22. Presidente/direttore generale	Sosai
23. Pugno a uncino	Kagi Tsuki
24. Colpo alla clavicola con il taglio della mano	Shuto Sakotsu Uchi

25. Cintura nera	Kuro Obi
26. Maestro	Sensei
27. Tensho	Palmi ruotanti
28. Posizione di preparazione (pronti)	Yoi Dachi
29. Pugno a testa di drago	Ryutoken
30. Modi di spostarsi con i piedi	Ashi Sabaki
31. Divisa da allenamento	Karategi
32. Pugno rovesciato a destra e a sinistra	Uraken Sayu Uchi
33. Calcio all'articolazione del ginocchio	Kansetsu Geri
34. Eseguire un Kata sul posto	Kata Negahaeru, oppure Sonoba
35. Disporsi in fila	Seiretsu
36. Posizione del gatto	Neko Ashi Dachi
37. Parata con la tibia	Sune Uke
38. 45 gradi	Yonjugo
39. Esercizi addominali	Fukkin
40. Colpo con il pugno verticale	Seiken Tate Tsuki
41. Taglio del piede	Sokuto
42. I quattro tipi di respirazione	Shin Kokyu Ho, Nogare, Kiai, Ibuki
43. Compagno più giovane	Kohai
44. Posizione a talloni uniti e piedi divaricati	Musubi Dachi
45. Dorso del piede	Haisoku
46. Eseguire un kata a specchio	Kata Kagami
47. Milza	Hizo
48. Calcio laterale saltato	Tobi Yoko Geri
49. Garyu	Drago che si adagia
50. Tecniche di autodifesa	Goshin Jutsu

Organizzazione Italiana Karate Kyokushinkai – OIKK