



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	
2. Il significato di Kyokushinkai	
3. Il simbolo del Kyokushinkai	
4. Significato della parola "Karate"	
5. Combinazioni di tecniche da combattimento	
6. Studio delle applicazioni di un Kata	
7. Prova di rottura di oggetti	
8. Luogo di pratica	
9. Posizione della clessidra	
10. Palmo della mano	
11. Polso flesso	
12. Parata circolare frontale	
13. Calcio frontale verso l'alto	
14. Tsuki No Kata	
15. Tempia	
16. Parata a cucchiaio	
17. Colpo verso il basso con il gomito	
18. Parte frontale del pugno/pugno frontale	
19. Mano a punta di lancia con quattro dita	
20. Posizione seduta	
21. Calcio circolare dall'esterno verso l'interno	
22. Presidente/direttore generale	
23. Pugno a uncino	
24. Colpo alla clavicola con il taglio della mano	

25. Cintura nera	
26. Maestro	
27. Tensho	
28. Posizione di preparazione (pronti)	
29. Pugno a testa di drago	
30. Modi di spostarsi con i piedi	
31. Divisa da allenamento	
32. Pugno rovesciato a destra e a sinistra	
33. Calcio all'articolazione del ginocchio	
34. Eseguire un Kata sul posto	
35. Disporsi in fila	
36. Posizione del gatto	
37. Parata con la tibia	
38. 45 gradi	
39. Esercizi addominali	
40. Colpo con il pugno verticale	
41. Taglio del piede	
42. I quattro tipi di respirazione	
43. Compagno più giovane	
44. Posizione a talloni uniti e piedi divaricati	
45. Dorso del piede	
46. Eseguire un kata a specchio	
47. Milza	
48. Calcio laterale saltato	
49. Garyu	
50. Tecniche di autodifesa	

COGNOME E NOME

LUOGO E DATA

PUNTEGGIO: _____/SU 50

FIRMA

NOTE: _____

www.oikk.it