



# ASOCIACIÓN ARGENTINA GOJU RYU KARATE DO

PERSONERÍA JURÍDICA A.A.G.K. N° 3065

Afiliada a la Federación Argentina de Karate F.A.K. desde 1989

## PROGRAMA OFICIAL DE GRADUACIONES

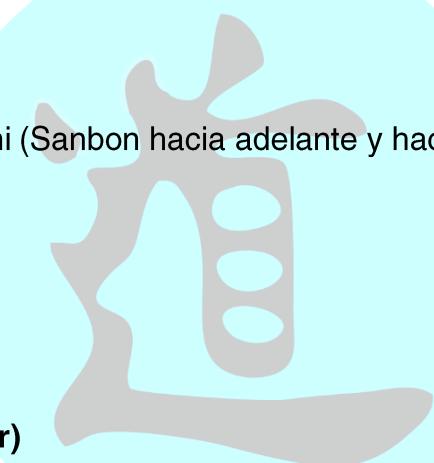
**9<sup>no</sup> a 8<sup>vo</sup> KYU**  **(VIOLETA PUNTA AMARILLA) TIEMPO 3 MESES**

### A) POSTURAS

- 1) Sanchin Dachi
- 2) Hachiji Dachi
- 3) Neko ashi Dachi
- 4) Han zenkutsu Dachi

### B) KIHON En Zenkutzu Dachi (Sanbon hacia adelante y hacia atrás)

- 1) Jodan age Uke
- 2) Chudan yoko Uke
- 3) Chudan Uchi Uke
- 4) Gedan Barai
- 5) Gyaku Tsuki



### En Heiko Dachi: (en el lugar)

- 1) Hiki Uke
- 2) Mawashi Uke (lento)

### En Zenkutzu Dachi: (en el lugar)

- 1) Mae Geri
- 2) Mawashi Geri

### C) KUMITE

- 1) Sanbon Kumite \* \*(derecho) Ambos comienzan en Hidari Kamae (pierna izq. Adelante) Tres pasos, vuelven a Kamae y retroceden.
- 2) Sandan Kumite \*

### D) KATA

- 1) Gekisai Dai Ni (por tiempo)