

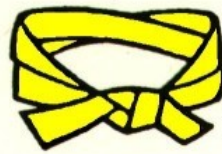


INTERNATIONAL WADOKAI ACADEMY

Programma Tecnico stile Wado-ryu



6° KYU



5° KYU

KHION : JUN TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - JUN TSUKI JODAN - JODAN UKE -
GYAKU TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - GYAKU TSUKI JODAN - JODAN UKE .

KHION : KAMAE HIDARI MAI GERI CHUDAN / JODAN - MAWASHI GERI CHUDAN /
JODAN - MAWATTE KAMAE

(Tecnica combinata).

MAWASHI GERI Y GYAKU TSUKI MAWATTE KAMAE

SANBON TSUKI: 1°

SANBON GERI: 1°

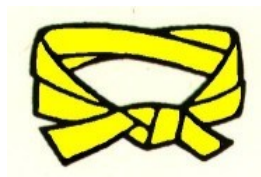
KATA: PINNAN IDAN

KUMITE: TECNICHE IN MOVIMENTO SENZA CONTATTO

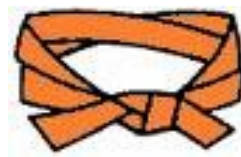
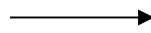


INTERNATIONAL WADOKAI ACADEMY

Programma Tecnico stile Wado-ryu



5° KYU



4° KYU

KHION : JUN TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - JUN TSUKI JODAN - JODAN UKE -
GYAKU TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - GYAKU TSUKI JODAN - JODAN UKE .
SHUTO NEKO ASI (SHOMEN – HANMI – MA HAMNI) - NUKITE – SOTO UKE
(Tecnica Combinata).

JUN TSUKI CHUDAN: KETTE MAI GER CIUDAN JUN TSUKI JODAN MAWATTE GEDAN
BARAI / JODAN UKE .

GYAKU TSUKI CHUDAN: KETTE MAI GER CIUDAN GYAKU TSUKI JODAN MAWATTE
GEDAN BARAI / JODAN UKE.

KHION: KAMAE HIDARI MAI GERI CHUDAN / JODAN - MAWASHI GERI CHUDAN /
JODAN – SHOKUTO -

(Tecnica Combinata).

KAMAE HIDARI : MAI GERI CIUDAN, MAWASHI GERI JODAN, GYAKU TSUKI CIUDAN
MAWATTE KAMAE

SANBON TSUKI: 1° - 2°

SANBON GERI: 1° - 2°

KATA: PINAN IDAN – PINAN SHODAN

KUMITE: TECNICHE IN MOVIMENTO SENZA CONTATTO



INTERNATIONAL WADOKAI ACADEMY

Programma Tecnico stile Wado-ryu



4° KYU



3° KYU

KHION : *JUN TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - JUN TSUKI JODAN - JODAN UKE - GYAKU TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - GYAKU TSUKI JODAN - JODAN UKE . SHUTO NEKO ASI (SHOMEN – HANMI – MA HAMNI) - NUKITE - SOTO UKE – UCHI UKE – ENPI.*

(Tecnica Combinata).

JUN TSUKI CHUDAN: *KETTE MAI GER CIUDAN JUN TSUKI JODAN MAWATTE GEDAN BARAI / JODAN UKE .*

SANBON TSUKI “ 3 golpe tski jodan – ciudan – ciudan “ (*REN TSUKI*)

GYAKU TSUKI CHUDAN: *KETTE MAI GERI CIUDAN GYAKU TSUKI JODAN MAWATTE SOTO UKE / UCHI UKE.*

KHION: *KAMAE HIDARI MAI GERI CHUDAN / JODAN - MAWASHI GERI CHUDAN / JODAN – SHOKUTO - URAMAWASHI GERI – USHIRO GERI – SURIKOMI - SURIASHI*
(Tecnica Combinata).

KAMAE HIDARI : *MAI GERI CIUDAN, MAWASHI GERI JODAN, URAKEN JODAN , GYAKU TSUKI CIUDAN MAWATTE KAMAE*

KAMAE HIDARI: *SURIKOMI MAI GERI CIUDAN , MAWASHI JODAN , GYAKU TSUKI CIUDAN , MAWATTE KAMAE*

SANBON TSUKI: 1° - 2° - 3°

SANBON GERI: 1° - 2° - 3°

KATA: PINAN IDAN – PINAN SHODAN – PINAN SANDAN

KUMITE PRE AGONISTI : TECNICHE IN MOVIMENTO SENZA CONTATTO

AGONISTI : JU KUMITE

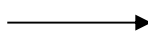


INTERNATIONAL WADOKAI ACADEMY

Programma Tecnico stile Wado-ryu



3° KYU



2° KYU

KHION : JUN TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - JUN TSUKI JODAN - JODAN UKE -
GYAKU TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - GYAKU TSUKI JODAN - JODAN UKE .
SHUTO NEKO ASI (SHOMEN – HANMI – MA HAMNI) - NUKITE - SOTO UKE – UCHI
UKE – JUN TZUKI NO TSUKOMI – OTOSHI URAKEN - ENPI

(Tecnica Combinata).

JUN TSUKI CHUDAN: KETTE MAI GER CIUDAN JUN TSUKI JODAN MAWATTE SOTO
UKE – UCHI UKE .

SANBON TSUKI “ 3 tecniche tski jodan – ciudan – ciudan “ (REN TSUKI)

GYAKU TSUKI CHUDAN: KETTE MAI GERI CIUDAN GYAKU TSUKI JODAN MAWATTE
GEDAN BARAI.

JUN TSUKI CHUDAN: JUN TZUKI NO TSUKOMI , KETTE MAI GERI CIUDAN MAWATTE
JODAN UKE

KHION: KAMAE HIDARI MAI GERI CHUDAN / JODAN - MAWASHI GERI CHUDAN /
JODAN – SHOKUTO - URAMAWASHI GERI – USHIRO GERI – SURIKOMI - SURIASHI

(Tecnica Combinata).

KAMAE HIDARI : MAI GERI CIUDAN, MAWASHI GERI JODAN, SHOKUTO, URAKEN
JODAN , GYAKU TSUKI CIUDAN (3 VES) MAWATTE KAMAE

KAMAE HIDARI: SURIKOMI MAI GERI CIUDAN , MAWASHI JODAN , URAKEN JODAN,
GYAKU TSUKI CIUDAN , MAWATTE KAMAE (3 VES)

SANBON TSUKI: 1° - 2° - 3° - 4° - 5°

SANBON GERI: 1° - 2° - 3° - 4° - 5°

KATA: PINAN IDAN – PINAN SHODAN – PINAN SANDAN – PINAN YONDAN

KUMITE PRE AGONISTI : TECNICHE IN MOVIMENTO SENZA CONTATTO

AGONISTI : JU KUMITE



INTERNATIONAL WADOKAI ACADEMY

Programma Tecnico stile Wado-ryu



2° KYU



1° KYU

KHION : JUN TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - JUN TSUKI JODAN - JODAN UKE -GYAKU TSUKI CHUDAN - GEDAN BARAI - GYAKU TSUKI JODAN - JODAN UKE .
SHUTO NEKO ASI (SHOMEN – HANMI – MA HAMNI) - NUKITE - SOTO UKE – UCHI UKE – JUN TZUKI NO TSUKOMI – GYAKU TZUKI NO TSUKOMI – TOBIKOMI TSUKI – ENPI – OTOSHI URAKEN

(Tecnica Combinata).

JUN TSUKI CHUDAN: KETTE MAI GER CIUDAN JUN TSUKI JODAN MAWATTE SOTO UKE – UCHI UKE .

SANBON TSUKI “ 3 tecniche tski jodan – ciudan – ciudan “ (REN TSUKI)

GYAKU TSUKI CHUDAN: KETTE MAI GERI CIUDAN GYAKU TSUKI JODAN MAWATTE GEDAN BARAI.

JUN TSUKI CHUDAN: JUN TZUKI NO TSUKOMI , KETTE MAI GERI CIUDAN MAWATTE JODAN UKE .

JUN TZUKI NO CHUDAN: JUN TZUKI NO TSUKOMI, GYAKU TZUKI NO TSUKOMI, KETTE MAIGERI GYAKU TZUKI NO TSUKOMI , MAWATTE SOTO UKE.

KHION: KAMAE HIDARI , MAI GERI CHUDAN / JODAN - MAWASHI GERI CHUDAN / JODAN – SHOKUTO - URAMAWASHI GERI – USHIRO GERI – SURIKOMI – SURIASHI – TOBI KOMI GERI (MAI GERI – MAWASHI GERI)

(Tecnica Combinata).

KAMAE HIDARI : MAI GERI CIUDAN, MAWASHI GERI JODAN, SHOKUTO CIUDAN, UHIRO GERI CIUDAN, URAKEN JODAN , GYAKU TSUKI CIUDAN MAWATTE KAMAE

KAMAE HIDARI: SURIKOMI MAI GERI CIUDAN , MAWASHI JODAN , UHIRO GERI CIUDAN , URAKEN JODAN, GYAKU TSUKI CIUDAN , MAWATTE KAMAE

KAMAE HIDARI: TOBI KOMI MAI GERI MAWATTE KAMAE – TOBI KOMI MAWASHI GERI MAWATTE KAMAE.

SANBON TSUKI: 1° - 2° - 3° - 4° - 5° - 6° **SANBON GERI:** 1° - 2° - 3° - 4° - 5° - 6°

KATA: PINAN IDAN – PINAN SHODAN – PINAN SANDAN – PINAN YONDAN – PINAN GODAN

KUMITE PRE AGONISTI : TECNICHE IN MOVIMENTO SENZA CONTATTO

AGONISTI : JU KUMITE