

## ACCADEMIA BUSHIDO

Arti Psicomotorie Orientali

*Sede legale :*

Via Silvio Pellico 12 10073 - CIRIÉ (TO)

Tel. 011.9208785 Fax 011.9206972

Associazione No Profit - P.I.92016940014

e-mail - roberto@contiero.com



*Sedi operative : Palestra Don Bosco*    **Shotokan Karate-do International Italia**  
*Palestra Fenoglio*



## ESAME 9° KYU (Cintura Bianca)

=



> **Avanzare** << **Arretrare** = **Fermo sul posto**

## KIHON

- = ChoKu Zuki
- = Age Uke
- = Soto Uke
- = Gedan Barai
- > Oizuki
- > Ageuke
- > Sotouke
- > Maegeri
- > Mawatte = Gedanbarai

*(da posizione Zenkutsu Dachi)*

## KUMITE

Gohon Kumite (Jodan)

*(dopo 5 passi senza contro attacco)*

## KATA

Taikyoku Shodan