

Com os poderes que me foram outorgados pelo Saiko Shihan Goshi Yamaguchi, como representante da International Karate Do Goju Kai Association –IKGA no Brasil.

Instituo por definitivo, a programação oficial de kyus, a ser implantada em todas as nossas filiadas a partir de 01 de janeiro de 2017.

Registra-se e cumpra-se.

1 - De faixa Branca para Amarela (7º Kyu para 6º Kyu)

1.1 - Cerimonial

1.2 – DACHI (base).

Heisoku Dachí (postura com os pés unidos)

Musubi Dachí (postura com os dedos para fora)

Heiko Dachí (postura com os pés paralelos)

Soto Hachi Dachí (postura com as pernas separadas e pés para fora)

Uchi Hachi Dachí (postura com as pernas separadas e pés para dentro)

Shiko Dachí Heikaku (Postura para os lados)

Shiko Dachí Shakaku (Postura para frente à 45 º)

Sanchin Dachí (Postura da pequena meia-lua)

Zenkutsu Dachí (Postura para frente)

Hanzenkutsu Dachí (É um Zenkutsu Dachí menor)

1.3 - UKE KATA (técnica de defesa).

Kamae em Heiko Dachí Chudan Uke Hidari, Sanchin Dachí Migi Jodan Uke Migi, Zenktsu Dachí Migi Chudan Uke Hidari e Shiko Dachí Shakaku Migi Gedan Barai Migi.

1.4 - TSUKI, UCHI, ATE KATA (técnica de ataque com as mãos).

Kamae em Heiko Dachí Chudan Tsuki Hidari, Sanchin Dachí Migi Jodan Tsuki Migi, Zenktsu Dachí Migi Chudan Tatesuki Hidari e Shiko Dachí Shakaku Migi Shita Tsuki Migi.

1.5 - KERI KATA (técnica de chute).

Em Zenkutsu Dachí aplicar Mae Geri;

Em Hanzenkutsu Dachí Mawashi Geri.

1.6 - SHIHO IDO (Movimento em 04 direções).

» Jodan Uke/Sanchin Dachí,

» Chudan Uke/Zenkutsu Dachí,

Gedan Barai / Shiko Dachí Shakaku;

Chudan Uke/ Hanzenktusu Dachí

1.7 - KATA

» Sanchin

» Taikyoko Jodan Ichi e Ni

» Taikyoko Chudan Ichi e Ni

1.8 - KATA EM HEIKO DACHI (sem deslocamento).

» Sanchin

» Taikyoko Jodan Ichi e Ni

» Taikyoko Chudan Ichi e Ni

1.9 - SHIAI KUMITE

2 - De faixa Amarela para Laranja (6º Kyu para 5º Kyu).

Toda a programação de 7º Kyu para 6º Kyu, e mais:

2.1 - UKE KATA (técnica de defesa).

Kamae em Heiko Dachí Chudan Uke Hidari, Sanchin Dachí Migi Jodan Uke Migi, Zenkutsu Dachí Migi Chudan Uke Hidari e Shiko Dachí Shakaku Migi Gedan Barai Migi, Heiko Dachí Yoko Uke Shita Barai, Sanchin Dachí Hidari Jodan Uke Hidari junto com Gedan Barai Migi, Zenkutsu Dachí Hidari Shoto Uke Hidari.

2.2 - TSUKI, UCHI, ATE KATA (técnica de ataque com as mãos).

Kamae em Heiko Dachí Chudan Tsuki Hidari, Sanchin Dachí Migi Jodan Tsuki Migi, Zenkutsu Dachí Migi Chudan Tatesuki Hidari e Shiko Dachí Shakaku Migi Shita Tsuki Migi, Heiko Dachí Hiji Ate Hidari, Zenkutsu Dachí Hidari Shuto Uchi Migi, Kokutsu Dachí Hidari FURYUCHI Hidari.

2.3 - KERI KATA (técnica de chute).

Kamae em Nekoashi Dachí Hidari, Mae Kogan Geri/Kogan Geri, Mae Kizami Geri/Mae Geri, Mae Mawashi Geri/Mawashi Geri.

2.4 - SHIHO IDO (Movimento em 04 direções).

- » Sanchin Dachí Jodan Uke Hidari/ Chudan Gyaku Tsuki Migi
- » Zenkutsu Dachí Chudan Uke Hidari/ Jodan Gyaku Tsuki Migi
- » Shiko Dachí Shakaku Gedan Barai/Chudan Gyaku Tsuki Migi

Nekoashi Dachí/Kake Uke

2.5 - KIHON IDO ICHI - (Fazer três movimentos de cada técnica avançando e depois recuando. Pode também ser solicitado fazer Kihon Ido Ichi Combo, ou seja, uma técnica seguida da outra)

Kamae Sanchin Dachí Hidari / Chudan Uke Hidari

Sanchin Dachí / Jodan Age Uke

Zenkutsu Dachí / Chudan Uke



INTERNATIONAL KARATE-DO GOJU-KAI ASSOCIATION BRASIL

国際空手道剛柔会ブラジル支部

Representante Oficial: Luiz Kotsubo, Renshi 6° Dan

ikgabrasil.com

Shiko Dachì Shakaku / Gedan Harai Otoshi Uke

Sanhin Dachì / Yoko Uke Shita Barai

Sanchin Dachì No Kamae Hidari / Seiken Tsuki[/b]

Sanhin Dachì / Jodan Tsuki

Zenkutsu Dachì / Chudan Tsuki

Shiko Dachì Shakaku / Chudan Tsuki

HanZenkutsu Dachì / Hiji Ate

Shiko Dachì Dyonkkaku / Chudan Tsuki

Heiko Dachì No Kamae[/b]

Sanchin Dachì / Mae Geri

Zenkutsu Dachì / Mae Geri

Han Zenkutsu Dachì / Mawashi Geri

Shiko Dachì Shakaku / Kansetsu Geri

2.6 - YAKUSO KUMITE ICHI - Fazer alternadamente.

Técnica executada com parceiro, os dois iniciam em Seiken Tsuki No Kamae em Sanchin Dachì Hidari

Ataque Oi Zuki Jodan em Sanchin Dachì / Defende Jodan Age Uke em Sanchin Dachì e contra ataca com Gyaku Tsuki Chudan;

Ataque Oi Tsuki Chudan em Zenkutsu Dachì / Defende Chudan Uke em Zenkutsu Dachì e contra ataca com Gyaku Zuki Jodan;

Ataque Oi Tsuki Chudan em Shiko Dachì Chakaku / Defende Gedan Harai Otoshi Uke em Shiko Dachì Shakaku e contra ataca com Gyaku Zuki Chudan;

Ataque fazer os itens a),b) e c) em seqüência / Defesa: recua fazendo as três defesas e no final contra atacar com Gyaku Tsuki

2.7 - KATA



» Taikyoku Kake Uke Ichi e Ni, Taikyoku Mawashi Uke Ichi e Ni.

2.8 - KATA EM HEIKO DACHI (sem deslocamento)

» Taikyoku Kake Uke Ichi e Ni Taikyoku Mawashi Uke Ichi e Ni

2.8 - SHIHAI KUMITE[/b]

3 - De faixa Laranja para Azul (de 5º Kyu para 4º Kyu)

Toda a programação de 6º Kyu para 5º Kyu, e mais:

3.1 - UKE KATA (técnica de defesa).

Kamae em Heiko Dachi Chudan Uke Hidari, Sanchin Dachi Migi Jodan Uke Migi, Zenkutsu Dachi Migi Chudan Uke Hidari e Shiko Dachi Shakaku Migi Gedan Barai Migi, Heiko Dachi Yoko Uke Shita Barai, Sanchin Dachi Hidari Jodan Uke Hidari junto com Gedan Barai Migi, Zenkutsu Dachi Hidari Shoto Uke Hidari, Nekoashi Dachi Irimi Hidari Kake Uke Migi e Nekoashi Dachi Hidari Mawashi Uke.

3.2 - TSUKI, UCHI, ATE KATA (técnica de ataque com as mãos).

Kamae em Heiko Dachi Chudan Tsuki Hidari, Sanchin Dachi Migi Jodan Tsuki Migi, Zenkutsu Dachi Migi Chudan Tatesuki Hidari e Shiko Dachi Shakaku Migi Shita Tsuki Migi, Heiko Dachi Hiji Ate Hidari, Zenkutsu Dachi Hidari Shuto Uchi Migi, Kokutsu Dachi Hidari FURYUCHI Hidari, Shiko Dachi Heikaku Oi Tsuki Migi e Shiko Dachi Heikaku Ura Ken Hidari .

3.3 - KERI KATA (técnica de chute).

Kamae em Nekoashi Dachi Hidari, Mae Kogan Geri/Kogan Geri, Mae Kizami Geri/Mae Geri, Mae Mawashi Geri/Mawashi Geri, Mae Kansetsu Geri / Kansetsu Geri e Mae Sokuto Geri/ Sokuto Geri, Ura Mae Kizami Geri /Rua Mae Geri.

3.4 - SHIHO IDO (Movimento em 04 direções).

Sanchin Dachi Jodan Uke Hidari/ Chudan Gyaku Tsuki Migi/ Mae Geri/Gyaku Tsuki Chudan Hidari;



IKGA BRASIL

国際空手道剛柔会ブラジル支部

INTERNATIONAL KARATE-DO GOJU-KAI ASSOCIATION BRASIL

国際空手道剛柔会ブラジル支部

Representante Oficial: Luiz Kotsubo, Renshi 6° Dan

ikgabrasil.com

Zenkutsu Dachi Chudan Uke Hidari/ Jodan Gyaku Tsuki Migi/ Mawashi Geri Migi/Gyaku Tsuki Chudan Hidari;

Shiko Dachi Shakaku Gedan Barai/Chudan Gyaku Tsuki Migi/Kansetsu Geri Migi/Yondosa Migi

Nekoashi Dachi Kake Uke/ Nekoashi Dachi Irimi Gyaku Tsuki Migi/ Nekoashi Dachi Kake Uke/Kizami Geri

3.5 - HAPO IDO (movimento em 08 direções)

Nekoashi Dachi Mawashi Uke/ Sanchin Dachi Hidari Jodan Uke / Gyaku Tsuki Chudan /Nekoashi Dachi Kake Uke;

Nekoashi Dachi Mawashi Uke (45º)/Zenkutsu Dachi Chudan Uke / Gyaku Tsuki/ Nekoashi Dachi Kake Uke;

Nekoashi Dachi Mawashi Uke /Shiko Dachi Shakaku Gedan Barai / Gyaku Tsuki/ Nekoashi Dachi Kake Uke;

Nekoashi Dachi Mawashi Uke /Han Kokutsu Dachi Tetsui Gedan/Ura Ken/ Nekoashi Dachi Kake Uke, Kansetsu Geri

3.5 - KIHON IDO NI - (Fazer três movimentos de cada técnica avançando e depois recuando. Pode também ser solicitado fazer Kihon Ido Ni Combo, ou seja, uma técnica seguida da outra)

Sanchin Dachi No Kamae Hidari / Seiken Tsuki Hidari

Sanchin Dachi Jodan Age Uke / Gyaku Tsuki Chudan

Zenkutsu Dachi Chudan Uke / Gyaku Tsuki Jodan

Shiko Dachi Shakaku Gedan Harai Otoshi Uke / Gyaku Tsuki Chudan

Sanchin Dachi Yoko Uke Shita Barai / Morote Tsuki

Sanchin Dachi No Kamae Hidari / Oi Tsuki Chudan [/b]

Sanchin Dachi Gyaku Tsuki Chudan / Mae Geri

Zenkutsu Dachi Mae Geri / Oi Tsuki Chudan



IKGA BRASIL

国際空手道剛柔会ブラジル支部



INTERNATIONAL KARATE-DO GOJU-KAI ASSOCIATION BRASIL

国際空手道剛柔会ブラジル支部

Representante Oficial: Luiz Kotsubo, Renshi 6° Dan

ikgabrasil.com

Shiko Dachi Shakaku Mawashi Empi / Yondosa

Zenkutsu Dachi Hiji Ate / Gyaku Tsuki Chudan

Shiko Dachi Dyonkkaku Tettsui / Ura Ken Uchi

Sanchin Dachi Kumite No Kamae Hidari[/b]

Sanchin Dachi Kizami Geri / Mawashi Geri

Zenkutsu Dachi Mae Geri / Hiji Ate / Yondosa

Han Zenkutsu Dachi Sokuto Geri / Gyaku Tsuki Chudan

Shiko Dachi Shakaku Kansetsu Geri / Age Tsuki / Yondosa

3.6 - YAKUSOKU KUMITE NI (fazer alternando)

Sanchin Dachi Kumite No Kamae Hidari

Ataca : Sanchin Dachi Migi aplica Jodan Tsuki, defende em Chudan Uke Hidari e aplica Jodan Tsuki em Sanchin Dachi

Defende : Jodan Uke Sanchin Dachi e aplica Chudan Tsuki impar

Ataca em : Zenkutsu Dachi Hidari Chudan Tsuki, faz Jodan Uke Hidari e termina com Oi Tsuki Chudan Migi

Defende : Chudan Uke em Zenkutsu Dachi e aplica Gyaku Tsuki Chudan

Ataca em : Shiko Dachi Chakaku Migi aplica Oi Tsuki, defende com Gedan Barai impar em Zenkutsu Dachi e aplica Oi Tsuki Migi em Shiko Dachi Chakaku

Defende : Shiko Dachi Chakaku Gedan Barai e aplica um Tsuki Gedan

Fazer os três movimentos seguidos

3.7 - KATA

Saifa

3.8 - KATA EM HEIKO DACHI



Saifa

Tensho

3.9 - BUNKAI

Guekaisai Ichi

3.10 - SHIAI KUMITE

4 - De faixa Azul para Verde (de 4º Kyu para 3º Kyu)

Toda a programação de 6º, 5º e 4º Kyu, com ênfase no Kinhon Ido Ichi e Ni, Shiho Ido e Hapo Ido, e mais:

4.1 – IPPON KUMITE;

4.2 – IPPON KUMITE SABAKI.

4.3 KATA

Saifa e Seenchin

4.4 - KATA EM HEIKO DACHI

Saifa e Seenchin

4.5 – BUNKAI

Guekaisai Daí Ni

Saifa

4.6- SHIAI KUMITE

5 - De faixa Verde para Roxa (de 3º Kyu para 2º Kyu)

Toda a programação de 6º, 5º, 4º e 3º Kyu, e mais:

5.1 - RENZOKU WAZA ICHI

Kamae Heiko Dachì

Sanchin Dachì Hidari Oi tsuki Hidari/ Jodan Uke Hidari – Zenkutsu Dachì Hidari Gyaku Tsuki Migì/ Chudan Uke Migì – Shiko Dachì Shakaku Hidari Shita Tsuki/Gedan Barai Hidari – Heiko Dachì Hiji Ate Migì/Soto Uke Migì – Zenkutsu Dachì Hidari Shuto Uchi Hidari/Kake Uke Hidari – Kokutsu Dachì Hidari Fury Uchi Hidari/Hashu Uke Hidari – Shiko Dachì Heikaku Oi Tsuki Migì/Soto Uke Migì - Shiko Dachì Heikaku Ura Ken Hidari/Kake Uke Hidari – Heiko Dachì Shuto Uchi Migì/ Heiko Dachì Haito Uke Migì/ Tensho Ate Migì.

5.2 - RENZOKU WAZA NI

Kamae em Heiko Dachì – Sanchin Dachì Migì (recuando a perna esquerda) Jodan Uke Migì Sanchin Dachì Hidari Jodan Tsuki – Zenkutsu Dachì Migì (recuando a perna esquerda) Chudan Uke Hidari Zenkutsu Dachì Hidari (avançando) Gyaku Tsuki Migì – Shiko Dachì Shakaku Migì Gedan Barari Migì Shiko Dachì Hidari Shita Tsuki Hidari – Heiko Dachì Yoko Uke Shita Barai Hiji Ate Migì – Sanchin Dachì Hidari (recuando a perna direita) Jodan Uke Hidari Gedan Barai Migì – Zenkutsu Dachì Migì Shuto Uchi Hidari - Shomi Nekoashi Dachì Migì Kake Uke Hidari Shiko Dachì Dyonkaku Hidari Oi Tsuki Hidari – Nekoashi Dachì Migì Mawashi Uke Han Kokutsu Dachì Migì Ura Ken Migì - Shomi Nekoashi Dachì Migì Shuto Uchi Migì Gedan Hidari.

5.3 - KIHON IDO SAN UKE / - KIHON IDO SAN TSUKI, UCHI e ATE / KIHON IDO SAN UKE e TSUKI, UCHI e ATE.

5.4- YOHON KUMITE

5.5 - KATA

Seenchin

Sanchin Tensho

5.6 - KATA EM HEIKO DACHI

Seenchin

Sanchin Tensho

5.7 - BUNKAI

Saifa

Seenchin

5.8 - SHIAI KUMITE

5.9 - JYU KUMITE

6 - De faixa Roxa para Marrom (de 2º Kyu para 1º Kyu)

Toda a programação anterior e mais:

6.1 - KINHON COMBO (Uke,Uchi,Ate,Tsuki e Geri).

Os dois ficam em Heiko Dachi Seiken Zuki Hidari

» Ataque: Seiken Zuki Jodan em Sanchin Dachi Hidari

Defesa: recua Jodan Uke em Sanchin Dachi Migi

Ataque: Gyaku Zuki Hidari em Zenkutsu Dachi Migi

Defesa: Chudan Uke Hidari em Zenkutsu Dachi

Ataque: Oi Zuki Migi em Shiko Dachi Shakaku Migi

Defesa: Gedan Harai Otoshi Uke Migi em Shiko Dachi Shakaku Migi

Ataque: Shuto Uchi Hidari em Han Zenkutsu Dachi Migi em seguida Kizami Mawashi Chudan Migi

Defesa: Yoko Uke Shita Barai em Sanchin Dachi Migi

Ataque: Tetsui Migi em Han Zenkutsu Dachi Migi em seguida recua a perna Migi, aplicando Mae Geri Hidari

Defesa: Uwa Uke Shita Barai em Sanchin Dachi Migi

Ataque: Seiken Tsuki Hidari em Shiko Dachi Cyokkaku

Defesa: Kake Uke Hidari em Shomi Nekoashi Dachi Irimi

Ataque: Oi Zuki Jodan em Shuri Ashi Dachi Migi

Defesa: Mawashi Uke em Nekoashi Dachi Hidari

6.3 - OYO IDO (faz malwate)

Parte 1 - Sanchin Dachi Kumite No Kamae Hidari, postura inicial

Sambon Tsuki em Sanchin Dachi

Jodan Uke Hidari, Gyaku Tysuki, Mae Geri em Sanchin Dachi

Shuri Ashi Soto Uke, Gyaku Tsuki Hiki em Sanchin Dachi

Shuri Ashi Tensho Uke Hidari/Ura Uchi Ken Migi, Gyaku Tsuki Hiki em Sanchin, avança a perna de trás

Mae Geri, Shuri Ashi Oi Tsuki, Gyaku Tsuki

Parte 2 - Moto Dachi Kumite No Kamae, postura de transição

Kizami Tsuki Tsugashi, Gyaku Tsuki em Zenkutsu Dachi , avança a perna de trás

Oi Tsuki Ayumiashi , Gyaku Tsuki em Zenkutsu Dachi

Kizami Geri, Oi Tsuki, Gyaku Tsuki em Zenkutsu, avança a perna de trás

Shiko Dachi Dyonkaku Oi Tsuki, Sokuto Geri com a perna da frente, e cai em Moto Dachi

Shuri Ashi em Heiko Dachi Hidari, Ura Ken Uchi, Gyaku Tsuki, Mae Geri

Kizami Mawashi Geri, Mae Geri, Oi Tsuki Shuri Ashi , Gyaku Tsuki Shuri Ashi, e cai em Moto Dachi

6.4 - NEKOASHI DACHI KIHON IDO NI[/b]

As mesmas técnicas e seqüências do Kihon Ido Ni, com a diferença que se inicia em Nekoashi Dachi Kumite No Kamae , após o termino do movimento, retornar a posição Nekoashi Dachi Kumite No Kamae.

6.5 – NEKOASHI KUMITE

6.6 - KATA [/b](obrigatório)

Seenchin

Sanchin

Tensho

Sanchin Tensho e 04 direções

6.7 - KATA EM HEIKO DACHI (obrigatório)

» Seenchin

» Sanchin

» Tensho

6.8 - APLICAÇÃO DOS KATAS (obrigatório)

Guekisai Ihi e Ni, baseado no kata, criar uma aplicação;

Saifa, baseado no kata, criar duas aplicações.

6.9 - BUNKAI (obrigatório)

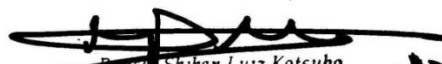
» Seenchin

» Sanchin Kote Awase


6.10 - SHIAI KUMITE

6.11 - JYU KUMITE

Att.,



Renshi Shihan Luiz Kotsubo
Roku Dan - 6.º Dan



小坪
KOTSUBO