



NORMATIVAS DE EXAME DE GRADUAÇÃO PARA DAN 2019

- **Matéria geral**

- Kihon básico de cada estilo;
- Ataques e contra-ataques em base livre;
- Kumite (o tipo de combate ficará a critério da Banca de Avaliação);
- Prova teórica sobre Arbitragem;
- Avaliação teórica sobre o Karatedō em geral e aspectos específicos dos estilos.

- **Kata Gōjūryū**

- 1º Dan: Gekisai (Ichi/Ni), Sanchin, Saifa, Sēnchin;
- 2º Dan: Seipai, Shisōchin;
- 3º Dan: Sansērū, Seisan;
- 4º Dan (em diante): Todos os Kata do estilo (Tenshō, Kururunfa, Sūpārinpei).

- **Kata Shitōryū**

- 1º Dan: Bassai-dai, Seienchin, Heian (1-5), Jūroku, Naihanchi-shodan, Matsumura-rōhai;
- 2º Dan: Kōsōkun-dai, Saifā, Shinsei, Aoyagi, Anankō;
- 3º Dan: Seisan, Nipaipo, Myōjō, Sanchin, Jion, Ishimine-bassai;
- 4º Dan: Jitte, Shisōchin, Tenshō, Shihō-kōsōkun, Matsumura-bassai, Unshu;
- 5º Dan: Kōsōkun-shō, Seipai, Matsukaze, Sōchin, Tomari-bassai, Sūpārinpei;
- 6º Dan: Ji'in, Shinpa, Sanseirū, Chintō, Kururunfā, Gojūshiho, Chatan'yara-kūshankū.

- **Kata Shōtōkan**

- 1º Dan: Heian (1-5), Tekki-shodan, Bassai-dai, Jion, Enpi ou Kankū-dai;
- 2º Dan: Jitte, Gankaku, Hangetsu ou Tekki-nidan, Bassai-dai, Jion, Enpi ou Kankū-dai;
- 3º Dan: Bassai-dai, Jion, Enpi, Kankū-dai, Jitte, Gankaku, Hangetsu, Tekki-nidan ou Tekki-sandan;
- 4º Dan (em diante): Todos os Kata do estilo (Bassai-shō, Kankū-shō, Ji'in, Sōchin, Nijūshihō, Gojūshihō, Chinte, Meikyō, Wankan, Unsu).

- **Kata Wadōryū**

- 1º Dan: Pin'an (1-5), Naifanchi, Bassai, Kūshankū;
- 2º Dan: Seishan, Niseishi;
- 3º Dan: Chintō, Wanshū;
- 4º Dan: Jion, Rōhai, Jitte;
- 5º Dan (em diante): Todos os Kata do estilo.

Tabela de graduação, tempo de carência e idades:

GRAU	CARÊNCIA	IDADE MÍNIMA
1º Dan	1 ano no grau anterior	12 anos
2º Dan	2 anos no grau anterior	21 anos
3º Dan	3 anos no grau anterior	24 anos
4º Dan	4 anos no grau anterior	28 anos
5º Dan	5 anos no grau anterior	33 anos
6º Dan	6 anos no grau anterior	38 anos
7º Dan	7 anos no grau anterior	45 anos

Observações: O tempo de carência é para praticantes ativos na Entidade; Os exames de graduações para 4º Dan em diante serão fechados; Os candidatos deverão apresentar Currículo Marcial e Esportivo.

Federação Sul Rio-grandense de Karate
Diretor de Graduação
Julio Cunha