



**Federação Sul Riograndense de Karate**

Filiada a CEEBK - Confederação Esportiva e Educacional Brasileira de Karate  
e a IKU - International Karate Union

---

Nome completo do candidato: \_\_\_\_\_

Associação do candidato: \_\_\_\_\_

Graduação pretendida: \_\_\_\_\_

1. O que significa a palavra Karate?
2. Qual a origem do Karate?
3. Quais os principais estilos de Karate? Cite pelo menos quatro.
4. Qual o seu estilo de Karate?
5. Quem fundou o estilo de Karate que você pratica?
6. Quais as características principais do estilo de Karate que você pratica?
7. Qual é o nome do local onde se pratica o Karate?

8. Todo estilo de Karate está construído sobre três pilares básicos, sabendo disso responda:
- a. Quais são estes pilares?
  - b. O que significa, literalmente, cada um deles?
  - c. O que são, conceitualmente, cada um deles?
9. Qual o nome do uniforme utilizado para a prática do Karate?
10. Como se diz nível baixo, nível médio e nível alto em Karate?
11. Como se diz as quatro principais direções (frente, atrás, esquerda e direita) em Karate?
12. Em Karate os cerimoniais e etiquetas são extremamente importantes. Sendo assim, o praticante deve dominar as principais expressões de educação. Ciente disso responda:
- a. Qual a principal ou principais expressões de educação utilizada(s) no seu local de treinamento?
13. Quais são os números de 1 a 10 normalmente utilizados durante as aulas de Karate?