

GRADERINGSNORMER
WTKO - SVERIGE



Richard Amos, Chefsinstruktör WTKO Worldwide. Översatt av Roy Andersson. Lay-out och bearbetning av Göran Nilsson Halmstad Karate Academy, April 2016.

Examinator = Den som utför graderingen **Examinand** = Den som graderas **Moongrad ABCD** = Barngrader t o m 12 år (vitt fält i det färgade bältet) **De-Ai** = När försvar/kontringsattack utförs med perfekt timing, utan blockering först och när motståndarens attack precis påbörjats och aldrig hinner fullbordas.



10:e Kyu Vitt Nybörjare

9:e Kyu Rött 8:e Kyu Orange

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae

Förflyttning framåt Gedan-Barai, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Oi-tsuki Chudan

Förflyttning bakåt Age-Uke

Förflyttning framåt Soto-Uke

Byt kamae till Shuto-Uke i Kokutsu-Dachi

Förflyttning bakåt Shuto-Uke

Byt kamae till Gedan-Barai i Zenkutsu-Dachi

Förflyttning framåt Uchi-Uke, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Chudan, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Jodan

Utgångsposition Kiba-Dachi Kamae

Yoko-Geri Keage med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

Yoko-Geri Kekomi med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

KUMITE

Gohon Kumite (5-steg)

Attack Oi-Tsuki Jodan, Försvar Age-Uke + Gyaku-Tsuki (på sista)

Attack Oi-tTsuki Chudan, Försvar Soto-Uke + Gyaku-Tsuki (på sista)

KATA

Heian Shodan

7:e Kyu Gult

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae

Förflyttning framåt Gedan-Barai, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Oi-Tsuki Chudan.

Förflyttning bakåt Age-Uke

Förflyttning framåt Soto-Uke

Byt kamae till Shuto-Uke i Kokutsu-Dachi

Förflyttning bakåt Shuto-Uke

Byt kamae till Gedan-Barai i Zenkutsu-Dachi

Förflyttning framåt Uchi-Uke, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Chudan, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Jodan

Utgångsposition Kiba-Dachi Kamae

Yoko-Geri Keage med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

Yoko-Geri Kekomi med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

KUMITE

Gohon Kumite (5-steg)

Attack Oi-Tsuki Jodan, Försvar Age-Uke + Gyaku-Tsuki (på sista)

Attack Oi-tsuki Chudan, Försvar Soto-Uke + Gyaku-Tsuki (på sista)

KATA

Heian Nidan



6:e Kyu Grönt

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae

Förflyttning framåt Oi-Tsuki Chudan, Mawatte (vänd)

Byt kamae till Gyaku-Tsuki

Förflyttning framåt Gyaku-Tsuki Chudan, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Gedan-Barai + Gyaku-Tsuki

Förflyttning bakåt Age-Uke + Gyaku-Tsuki

Förflyttning framåt Soto-Uke + Gyaku-Tsuki

Byt kamae till Shuto-Uke i Kokutsu-Dachi

Förflyttning bakåt Shuto-Uke

Byt kamae till Gedan-Barai i Zenkutsu-Dachi

Förflyttning framåt Uchi-Uke + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Chudan, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Jodan

Mawashi-Geri

Utgångsposition Kiba-Dachi Kamae

Yoko-Geri Keage med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

Yoko-Geri Kekomi med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

KUMITE

Sanbon Kumite (3-steg)

Attack Oi-Tsuki Jodan, Försvar Age-Uke + Gyaku-Tsuki (på sista)

Attack Oi-Tsuki Chudan, Försvar Soto-Uke + Gyaku-Tsuki (på sista)

Attack Mae-Geri Chudan, Försvar Gedan-Barai + Gyaku-Tsuki (på sista)

KATA

Heian Sandan

5:e Kyu Blått

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae

Förflyttning framåt Oi-Tsuki Chudan, Mawatte (vänd)

Byt kamae till Gyaku-Tsuki

Förflyttning framåt Gyaku-Tsuki Chudan, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Gedan-barai + Gyaku-Tsuki

Förflyttning bakåt Age-Uke + Mae-Geri (med bakre benet)

Förflyttning framåt Soto-Uke + Empi (Kiba-Dachi)

Byt kamae till Shuto-Uke (Kokutsu-Dachi)

Förflyttning bakåt Shuto-Uke (Kokutsu-Dachi) + Nukite (Zenkutsu-Dachi)

Förflyttning framåt Uchi-Uke + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Chudan, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Chudan + Oi-Tsuki Chudan

Mawashi-geri

Utgångsposition Kiba-Dachi Kamae

Yoko-Geri Keage med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

Yoko-Geri Kekomi med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

KUMITE

Ippon Kumite (1-steg)

Attack Oi-Tsuki Jodan, Försvar Age-Uke + Gyaku-Tsuki

Attack Oi-Tsuki Chudan, Försvar Soto-Uke + Gyaku-Tsuki

Attack Mae-Geri Chudan, Försvar Gedan-Barai + Gyaku-Tsuki

KATA

Heian Yondan

4:e Kyu Blått

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae:

Förflyttning framåt Oi-Tsuki Chudan, Mawatte (vänd)

Byt till Gyaku-Tsuki Kamae

Förflyttning framåt Gyaku-Tsuki Chudan

Förflyttning bakåt Age-Uke + Mae-Geri (med bakre benet)

Förflyttning framåt Soto-Uke + Empi (Kiba-Dachi)

Byt kamae till Shuto-Uke i Kokutsu-Dachi

Förflyttning bakåt Shuto-Uke + Nukite (Zenkutsu-Dachi)

Förflyttning framåt Uchi-Uke + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Chudan + Oi-Tsuki Chudan, Mawatte (vänd)

Mawashi-Geri, Mawatte (vänd)

Ushiro-Geri, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Soto-Shuto-Uchi Jodan

Utgångsposition Kiba-Dachi

Yoko-Geri Keage med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

Yoko-Geri Kekomi med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

KUMITE

Ippon Kumite (1-steg vänster + höger sida)

Attack Oi-Tsuki Jodan, Försvar Age-Uke + Gyaku-Tsuki

Attack Oi-Tsuki Chudan, Försvar Soto-Uke + Gyaku-Tsuki

Attack Mae-Geri Chudan, Försvar Gedan-Barai + Gyaku-Tsuki

Attack Mawashi-Geri Jodan, Försvar Uchi-Uke Jodan + Gyaku-Tsuki

KATA

Heian Godan

3:e Kyu Brunt

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae

Förflyttning framåt Sambon-Tsuki.

Förflyttning bakåt Age-Uke + Mae-Geri

Förflyttning framåt Soto-Uke + Empi (Kiba-Dachi)

Byt kamae till Shuto-Uke i Kokutsu-Dachi

Förflyttning bakåt Shuto-Uke + Nukite (Zenkutsu-Dachi)

Förflyttning framåt Uchi-Uke + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri Chudan + Mae-Geri Jodan (Ren-Geri), Mawatte (vänd)

Mawashi-Geri + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Ushiro-Geri, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Soto-Shuto-Uchi Jodan, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Yoko Uraken-Uchi Jodan

Utgångsposition kiba-dachi:

Yoko-Geri Keage med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

Yoko-Geri Kekomi med överlappsförflyttning (Kosa-Dachi)

KUMITE

Ippon Kumite (1-steg...varierande kontringstekniker efter blockeringarna, vänster + höger sida)

Attack Oi-tsuki Jodan, Försvar Age-Uke...

Attack Oi-tsuki Chudan, Försvar Soto-Uke...

Attack Mae-geri Chudan, Försvar Gedan-Barai...

Attack Mawashi-Geri Jodan, Försvar Uchi-Uke Jodan...

KATA

Tekki Shodan



2:e Kyu Brunt

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae

Förflyttning framåt Sambon-Tsuki

Förflyttning bakåt Age-Uke + Mae-Geri

Förflyttning framåt Soto-Uke + Empi + Uraken (Kiba-Dachi)

Byt till Shuto-Uke i Kokutsu-Dachi Kamae

Förflyttning bakåt Shuto-Uke + Mae-Geri (med framfoten) + Nukite (Zenkutsu-Dachi)

Förflyttning framåt Uchi-Uke + Kizami-Tsuki + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Mae-Geri Chudan + Mawashi-Geri Jodan (Ren-Geri), Mawatte (vänd)

Mae-Geri Chudan + Yoko-Geri Kekomi (med samma ben), Mawatte (vänd)

Mawashi-Geri + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Ushiro-Geri, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Soto-Shuto-Uchi Jodan

Förflyttning bakåt Uraken-Uchi

Utgångsposition Kiba-Dachi

Yoko-Geri Keage (vänd framåt) + Yoko-Geri Kekomi (skifta ben och fortsatt växelvis)

KUMITE

Ju-Ippon Kumite (Ju-Kamae)

Attack Oi-Tsuki Jodan, Oi-Tsuki Shudan, Mae-Geri Shudan, Mawashi-Geri Jodan alt. Shudan,

Ushiro-Geri Shudan. **NO De-Ai** = Försvar MÅSTE göras med blockering (valfri) före kontringsattacken

KATA

Examinanden väljer Sentei Kata från Bassai-Dai, Kanku-Dai, Jion och Empi

Examinatorm väljer Shitei Kata (Obligatorisk) från Heian 1-5 och Tekki Shodan

1:e Kyu Brunt

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae

Förflyttning framåt Sambon-Tsuki, Mawatte (vänd)

Utgångsposition Gyaku-Tsuki Kamae

Vänd framåt 360° Gyaku-Tsuki Chudan

Förflyttning bakåt Age-Uke + Mae-Geri

Förflyttning framåt Soto-Uke + Empi + Uraken (Kiba-Dachi)

Byt kamae till Shuto-Uke i Kokutsu-Dachi

Förflyttning bakåt Shuto-Uke + Mae-Geri (med framfoten) + Nukite (Zenkutsu-Dachi)

Förflyttning framåt Uchi-Uke + Kizami-Tsuki + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri + Mawashi-Geri som Ren-Geri, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri + Yoko-Geri Kekomi (samma ben) (vänd)

Mawashi-Geri + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Ushiro-Geri + Gyaku-tsuki, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Soto Shuto-Uchi Jodan

Förflyttning bakåt Uraken-Uchi, Mawatte

Utgångsposition Kiba-Dachi Kamae

Yoko-Geri Keage (vänd framåt) + Yoko-Geri Kekomi (skifta ben och fortsatt växelvis)

KUMITE

Ju-Ippon Kumite (Ju-Kamae)

Attack Oi-Tsuki Jodan, Oi-Tsuki Shudan, Mae-Geri Shudan, Mawashi-Geri Jodan alt. Shudan,

Ushiro-Geri Shudan. **NO De-Ai** = Försvar MÅSTE göras med blockering (valfri) före kontringsattack!

KATA

Examinanden väljer Sentei Kata från Bassai-Dai, Kanku-Dai, Jion och Empi

Examinatorm väljer Shitei Kata (Obligatorisk) från Heian 1-5 och Tekki Shodan

Shodan, 1 Dan Svart

KIHON

Utgångsposition Gedan-Barai Kamae

Förflyttning framåt Sambon-Tsuki, Mawatte (vänd)

Byt till Gyaku-Tsuki Kamae

Rotera framåt 360° Gyaku-Tsuki Chudan

Förflyttning bakåt Age-Uke + Mae-Geri (med bakre benet) + Gyaku-Tsuki

Förflyttning framåt Soto-Uke + Empi + Uraken (Kiba-Dachi) Gyaku-Tsuki (Zenkutsu-Dachi)

Förflyttning bakåt Shuto-Uke (Kokutsu-Dachi) Mae-Geri (med framfoten) Nukite (Zenkutsu-Dachi)

Förflyttning framåt Uchi-Uke + Kizami-Tsuki + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Mae-geri Chudan + Mae-Geri Jodan Nidan-Geri (två nivåer med hopp), Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Mae-Geri + Yoko-Geri Kekomi (samma ben), Mawatte (vänd)

Mawashi-Geri + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Ushiro-Geri + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Soto Shuto-Uchi + Uchi Shuto-Uchi (samma hand), Mawatte (vänd)

Gyaku Mawashi-Geri, Mawatte (vänd)

Ura Mawashi-Geri

Utgångsposition Kiba-Dachi Kamae

Yoko-Geri Keage (vänd framåt) Yoko-Geri Kekomi (skifta ben och fortsatt växelvis)

KUMITE

Ju-Ippon Kumite (Ju-Kamae)

Attack Oi-Tsuki Jodan, Oi-Tsuki Shudan, Mae-Geri Shudan, Mawashi-Geri Jodan alt. Shudan,

Ushiro-Geri Shudan. **NO De-Ai** = Försvar MÅSTE göras med blockering (valfri) före kontringsattack!

KATA

Examinanden väljer Sentei Kata från Bassai-Dai, Kanku-Dai, Jion och Empi

Examinatorn väljer Shitei Kata (Obligatorisk) från Heian 1-5 och Tekki Shodan

Nidan, 2 Dan Svart

KIHON

Alla kombinationer från Ju-Kamae

Kizami-Tsuki + Sambon-Tsuki, Mawatte (vänd)

Kizami-Tsuki + Mae-Geri + Oi-tsuki, Mawatte (vänd)

Förflyttning bakåt Age-Uke framåt Mawashi-Geri + Uraken + Oi-tsuki, Mawatte (vänd)

Ushiro-Geri + Uraken + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd)

Gyaku Mawashi-geri, Mawatte (vänd)

Ura Mawashi-Geri + Gyaku-tsuki

Vänd mot examinatorn

Mae-Geri, Yoko-Geri Keage, Ushiro-Geri (med samma ben + upprepa andra sidan)

Gyaku-Tsuki med avståndskontroll (mot måltavla som examinatorn flyttar)

KUMITE

Ju-Kumite (Free-Fight)

KATA

Examinanden väljer sin egen Tokui Kata (favoritkata)

Frågor kan ställas för uppvisning och förklaring av Bunkai och teknikers utförande på Tokui Kata

Examinatorn väljer Shitei Kata (Obligatorisk) från Bassai-dai, Kanku-dai, Jion och Empi

Sandan, 3 Dan Svart

KIHON

Utgångsposition Ju-Kamae

Kizami-Tsuki + Gyaku-Tsuki + Choku-Tsuki + Oi-tsuki + Gyaku-Tsuki

(Gohon Renzoku Oi-Komi – 5 Tsuki en förflyttning + Yori-Ashi), Mawatte (vänd)

Förflyttning framåt Age-Empi (Kokutsu-Dachi) + Mawashi-Empi (Zenkutsu-Dachi) + Yoko-Empi (Kiba-Dachi), Mawatte (vänd).

Gyaku Mawashi-Geri + Mawashi-Geri (samma ben), Mawatte (vänd).

Ura Mawashi-Geri + Gyaku-Tsuki, Mawatte (vänd).

Mae-Geri + Oi-Tsuki + Mawashi-Geri + Uraken + Ushiro-Geri + Gyaku-Tsuki

Vänd mot examinatoren

Mae-Geri, Yoko-Geri, Ushiro-Geri, Mawashi-Geri (med samma ben + upprepa andra sidan)

KUMITE

Ju-Kumite (Free-Fight)

KATA

Examinanden väljer sin egen Tokui Kata (favoritkata)

Frågor kan ställas för uppvisning och förklaring av Bunkai och teknikens utförande på Tokui Kata

Examinatören väljer Shitei Kata (Obligatorisk) från Bassai-dai, Kanku-dai, Jion och Empi

Yondan, 4 Dan Svart

Examinanden måste behärska alla karatetekniker och förstå principerna, tillämpa dem fullständigt samt kunna instruera. Examinatören ställer frågor med avseende på grundtekniker.

KUMITE

Ju-Kumite (Free-Fight efter föregående överenskommelse med graderings-kommittén)

Eller självförsvar

Eller detaljerad förklaring av Tokui-Waza (favorit teknik) med en partner

KATA

Examinanden väljer sin egen Tokui Kata (favoritkata)

Frågor kan ställas för uppvisning och förklaring av Bunkai och teknikens utförande på Tokui Kata

Examinatören väljer Shitei Kata (Obligatorisk) från Tekki Nidan, Tekki Sandan, Bassai-Dai, Jion, Empi, Kanku-Dai, Hangetsu och Jitte

Godan, 5 Dan Svart

Examinanden måste ha uppnått en synnerligen hög nivå i sin karateteknik samt kunna uppvisa originalitet och individualitet. Frågor ställs med avseende på grundtekniker.

KUMITE

Ju-Kumite (Free-Fight efter föregående överenskommelse med graderingskommittén)

Eller självförsvar

Eller detaljerad förklaring av Tokui-Waza (favorit teknik) med en partner

KATA

Examinanden väljer sin egen Tokui Kata (favoritkata)

Frågor kan ställas för uppvisning och förklaring av Bunkai och teknikens utförande på Tokui Kata

Examinatören väljer Shitei Kata (Obligatorisk) från Bassai-Sho, Kanku-Sho, Jiin, Wankan, Chinte, Unsu och Sochin



Rokudan, 6 Dan Svart

Examinanden måste ha uppnått en synnerligen hög nivå i sin karate både tekniskt och mentalt. Frågor ställs med avseende på grundtekniker.

KUMITE

Ju-Kumite (Free-Fight efter föregående överenskommelse med graderingskommittén)
Eller självförsvar
Eller detaljerad förklaring av Tokui-Waza (favoritteknik) med en partner

KATA

Examinanden väljer sin egen Tokui Kata (favoritkata)
Frågor kan ställas för uppvisning och förklaring av Bunkai och teknikers utförande på Tokui Kata
Examinatorn väljer Shitei Kata (Obligatorisk) från Bassai-Dai, Bassai-Sho, Kanku-Dai, Kanku-Sho, Jion, Jiin, Empi, Hangetsu, Tekki Nidan, Tekki Sandan, Nijushiho, Gojushiho-Sho, Gojushiho-Dai, Meikyo, Jitte, Gankaku, Wankan, Chinte, Unsu och Sochin

Nanadan, 7 Dan Svart

Examinanden måste ha uppnått en synnerligen hög nivå i sin karate med fullständig mognad både tekniskt och mentalt efter att helhjärtat ha ägnat sig åt sin karateträning under lång tid.

KUMITE

Förklaring av tekniker som har utvecklats till en hög nivå åtföljt av skriftlig dokumentation

KATA

Fri Kata

Hachidan, 8 Dan Svart

Denna grad utdelas bara till dem som har utvecklat en synnerligen hög karatenivå efter mycket långvarig och hängiven träning och undervisning.

KUMITE

Förklaring av tekniker som har utvecklats till en hög nivå åtföljt av skriftlig dokumentation

KATA

Fri Kata

Kyudan, 9 Dan Svart

För dem som fullständigt har tagit till sig karatens budskap.

Judan, 10 Dan Svart

(Utdelas postumt)

För dem som har uppnått fullständig mästerlighet till en transcendental nivå.