



## FEDERAL KYOKUSHIN ORGANISATION KARATE

# STAGE DE PRÉPARATION AUX PASSAGES DE GRADES KYOKUSHIN FKOK

## GÉNÉRALITÉS

Le but de ces stages est de permettre aux pratiquants de préparer les épreuves du passage de grades FKOK de Nikkyu à Yondan.  
**NB (aucun spectateur)**

## LIEU, DATE, HORAIRES, PROGRAMME

Du vendredi 1<sup>er</sup> au Dimanche 3 mars

Dojo AKKL (Lausanne - Suisse)

## INSTRUCTEURS

Bertrand Kron et commission technique FKOK selon présences.

## PROGRAMME

### Kihon

Présentation, cérémonial, critères de jugement

- Ido Keiko
- Exercices spécifiques (Kihon Kata, Renraku, Enkei Gyaku Tsuki, etc.)

### Kata

Présentation, cérémonial, critères de jugement

Révisions avec choix des Kata selon les demandes des participants

Questions – réponses

### Bunkai

Présentation, cérémonial, critères de jugement

Questions – réponses

### Connaissances générales

Critères de jugement

## INSCRIPTIONS

Contacter Shihan Henri Jotterand (Branch-Chief Suisse) - <http://www.kyokushinkai-france.com/carte.htm>

## Commission Technique FKOK