



FIKTA

FEDERAZIONE ITALIANA KARATE TRADIZIONALE E DISCIPLINE AFFINI

Regolamento tecnico organizzativo Tabella D

PROGRAMMI TECNICI FEDERALI PER IL CONSEGUIMENTO DEI GRADI





PROGRAMMI TECNICI FEDERALI PER IL CONSEGUIMENTO DEI GRADI

**DA CINTURA NERA IV DAN A V DAN
PERMANENZA 5 ANNI**

- 1- TESI SUL KARATE-DO**
- 2- TOKUI WAZA (ATTACCO, DIFESA, DEAI, ASHIBARAI, PROIEZIONE)**
- 3- JIYU KUMITE**
- 4- TOKUI KATA**
- 5- UN KATA A SCELTA DELLA COMMISSIONE FINO A IV DAN**