



Examen de ceinture 2e Dan

Prérequis

- **Entraînement régulier** (deux (2) fois / semaine) pendant deux (2) ans au minimum après le passage de la ceinture noire (Shodan).
- Attitude exemplaire avant, pendant et après les cours.
- Connaître la section **Examen par cœur** le jour de l'examen.
- Être actif, démontrer un intérêt et être impliqué au sein de l'école de karaté (mentorat auprès des autres élèves, bénévoles, participation aux différentes activités du dojo, assister aux passages des grades inférieurs et aux stages, etc.)

Examen

1. Maîtrise du **Kihon Kata Itchi, Naihanchi Nidan** (avec présentation Shubukan), **Pinan Nidan** (avec présentation Shubukan + Bunkaïs), **Matsumura Passaï, Kusanku Sho, Bô Kihon Itchi** et **un kata au choix** de l'instructeur (choix parmi la liste suivante : **Fukyu Kata Itchi - Ni** ou **San**).
2. Présentation avec explication de deux (2) techniques personnelles (enchaînement de mouvements). Cinq (5) fois de chaque côté.
3. Deux (2) bunkaï pour le kata suivant : **Pinan Nidan** (avec partenaire et présentation Shubukan).