

ZENDOKAI KARATE

1. Allmänt

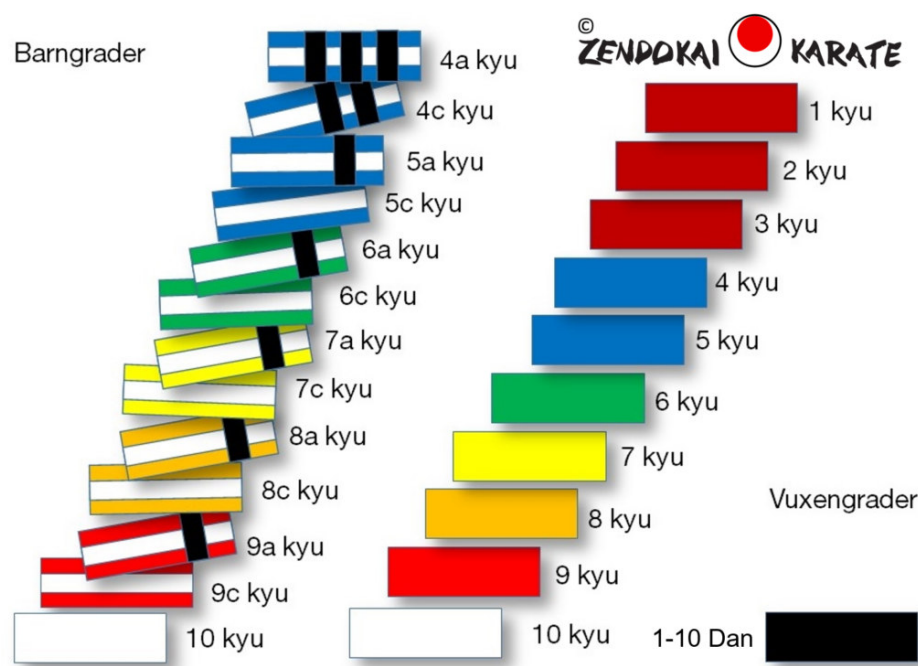
En gradering är en examen där man i slutet av varje termin får visa upp, för en av JKA utsedd examinerator, att man kan det förutbestämda JKA Swedens graderingsprogram för att få ta nästa bältesgrad. Graderingsprogrammet för respektive kyu grad finns i ett examineringskompendium som kan köpas i klubben.

Zendokai Karate arrangerar två (2) graderingstillfällen per år, normalt i juni och i december.

Interna graderingar i klubben kan ske upp till och med 1 kyu och därefter sker graderingen normalt på Enighet i Malmö vid sommar- eller vinterlägret.

Vuxna (13 år och upp) graderar sig för ett nytt bälte (ny grad) vid varje gradering medan barn (8-12 år) graderar man sig däremot till samma bälte två (2) gånger.

Inom stilen Shotokan finns det ett graderingssystem där olika färger på bältet representerar utövarens utvecklingsgrad. De olika färgnivåerna kallas för Kyu (färgade bälten) och Dan (svartbältesgrader), se figuren nedan.



Figur 1 – Bältesgradet inom JKA Sweden

2. Graderingsprocess

- Du anmäler dig till graderingen enl. instruktion som du får inför varje gradering
- Vi granskar dina antal träningar, färdighetsgrad och att övriga krav är uppfyllda
- Om du fått OK på att gradera dig ska du betala graderingsavgift enl. instruktion
- Graderingen genomförs

3. Regler för att få gradera sig

Du måste alltid ha klartecken från din tränare för att få gradera dig, och bara din instruktör kan avgöra om du uppfyller kraven.

Du måste också uppfylla följande krav:

- Tränat flitigt och uppfyllt krav på minst antal JKA orienterade träningstillfällen under pågående terminen inför graderingen (20 ggr för barn 8-12 år; 30 ggr för vuxna; 60 ggr för 1-2 Kyu)
- Ha uppnått den aktuella kunskapsnivån som krävs enl. JKA Swedens graderingskompendiet
- Betalt medlems- och träningsavgiften
- Anmält dig till graderingen inom utsatt tidsram och enl. instruktioner
- Betalt graderingsavgift inom utsatt tid
- Tagit med ditt graderingskort

Mer detaljerad information om krav framgår i dokumentet *"Formaliteter kring graderingar i JKA Sweden"* framtagna av JKA Sweden och som finns på anslagstavlan och på hemsidan.

4. Avgift för gradering

Kostnad för respektive gradering meddelas alltid inför graderingen och betalning sker vanligtvis via Swish innan graderingen.

I graderingskostnaden ingår en grundavgift till JKA Sweden för alla som graderar sig.

Om graderingen har gått bra och innebär byte av färg på bältet kostar ett nytt bälte ca 100-200 kr.

Bältet kan med fördel köpas av klubbens materialförvaltare.

5. Hur går graderingen till?

Graderingen går ut på att du ska visa upp för examinatorn eller graderingskommitté att du behärskar de tekniker som ingår i ditt graderingsprogram och som består av kihon, kata och kumite.

I alla dessa tre lika viktiga delarna ingår bl.a. ställningar, slag, sparkar och blockeringar som krävs av dig för att nå nästa grad och erhålla en ny färg på bältet.

Graderingarna blir hårdare ju närmare svart bälte du kommer.

6. Graderingskort

Efter din första gradering kommer du, tillsammans med ditt diplom, att erhålla ett graderingskort som ska medtas till varje gradering.

Examinatorn signerar ditt graderingskort efter avklarad gradering.

Glömmer du att ta med graderingskortet till graderingen kan det hända att du inte får gradera dig.

Detta kort är viktigt eftersom det är ett bevis du har på att du verkligen har uppnått den grad du för tillfället har och det ska visas upp vid gradering till 1 DAN (Shodan) dvs. första svarta bältet.

Så det är väldigt viktigt att hålla reda på sitt graderingskort.