



# Karate – 2024

## ESAMI NAZIONALI DI GRADUAZIONE 4° e 5° DAN

### Corsi Propedeutici Regionali e Nazionali

I Comitati Regionali organizzano i Corsi Propedeutici obbligatori (di 6 ore) per i Candidati agli Esami Regionali e per i Candidati all'Esame Nazionale per 4° e 5° Dan.

I partecipanti sono tenuti al pagamento della quota di **€ 50,00**.

Le spese per i Docenti (indennità di docenza, viaggio ed eventuale soggiorno) sono a carico del Comitato Regionale competente.

### Commissione Esame Nazionale

La Commissione di Esame Nazionale è composta di un Presidente e di due o più Maestri (secondo il numero dei Candidati) nominati dal Presidente della Federazione.

Le spese (gettone di presenza, viaggio ed eventuale soggiorno) sono a carico della Federazione.

### Criteri di Valutazione dell'Esame

Il risultato finale, "IDONEO" o "NON IDONEO", scaturisce dalla media dei giudizi di 5 prove alle quali è stato attribuito un punteggio massimo totale ottenibile di 100 punti. Queste sono le ripartizioni dei punteggi ottenibili nelle singole prove:

- Kihon: 20 punti;
- Kata: 20 punti;
- Bunkai/Kaisetsu: 20 punti;
- Esercizi per le interazioni oppositive: 20 punti;
- Interazioni oppositive: 20 punti.

### Luogo e data

Gli Esami per la promozione a 4° e 5° Dan si svolgono presso la palestra del Centro Olimpico FIJLKAM "Matteo Pellicone" Lido di Ostia/RM nelle seguenti date:

**4° Dan – 4 ottobre 2024:** ore 08.30/13.30 – ore 15.00/19.00: nei giorni successivi al termine del periodo di iscrizione, l'ufficio competente della Scuola Nazionale comunicherà ad ogni Candidato la fascia oraria in cui svolgerà l'esame (mattina o pomeriggio)

**5° Dan – 5 ottobre 2024:** ore 08.30/13.30 – ore 15.00/19.00: nei giorni successivi al termine del periodo di iscrizione, l'ufficio competente della Scuola Nazionale comunicherà ad ogni Candidato la fascia oraria in cui svolgerà l'esame (mattina o pomeriggio)

### Requisiti

Possono sostenere gli Esami per la promozione a **4° Dan** con decorrenza **01/01/2025** coloro i quali sono in possesso del 3° Dan dall'01/01/2020 o precedenti;

Possono sostenere gli Esami per la promozione a **5° Dan** con decorrenza **01/01/2025** coloro i quali sono in possesso del 4° Dan dall'01/01/2019 o precedenti.



## **Iscrizione**

Tutti i Candidati devono iscriversi e pagare online obbligatoriamente tramite la propria area riservata personale (<https://tesseramento.fijklkam.it/>), utilizzando la nuova modalità di "GESTIONE CORSI" (link video tutorial <https://youtu.be/ya1oxADcX2U>) **improrogabilmente entro domenica 1 settembre 2024**. Non sono consentite altre modalità di iscrizione/pagamento se non quella sopra descritta. Il pagamento deve essere eseguito entro il periodo sopra indicato altrimenti il sistema, in automatico, annullerà l'iscrizione.

Le quote di iscrizione sono le seguenti:

- **4° Dan: € 200,00;**
- **5° Dan: € 300,00.**

## **Modalità di svolgimento**

L'Esame consiste in una prova pratica.

I programmi di riferimento sono scaricabili al seguente link:

<https://www.fijklkam.it/karate/attivita-didattica/graduazione/graduazione-nazionale.html>

\*\*\*\*\*