Karate – 2026

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 – 13 novembre 2026: 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 – 14 novembre 2026: 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, in deroga al R.O.F.,** coloro i quali sono in possesso del 3° Dan dall'01/01/2022 o precedenti;

Possono sostenere gli Esami per la promozione a **5° Dan, in deroga al R.O.F.,** coloro i quali sono in possesso del 4° Dan dall'01/01/2021 o precedenti.

Iscrizione

Tutti i Candidati devono iscriversi e pagare online obbligatoriamente tramite la propria area riservata personale (https://tesseramento.fijlkam.it/), utilizzando la nuova modalità di "GESTIONE CORSI" (link video tutorial https://youtu.be/ya1oxADcX2U) **improrogabilmente entro domenica 25 ottobre 2026**. 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.fijlkam.it/karate/attivita-didattica/graduazione/graduazione-nazionale.html

*****