

NAMA LENGKAP : .....  
 DOJO / RANTING : .....  
 TEMPAT/TANGGAL LAHIR : .....  
 KOTA/KABUPATEN : .....  
 SABUK : PUTIH  
 KYU : 10  
 TEMPAT UJIAN : .....  
 TANGGAL : .....

<b>KIHON</b>						
<b>NO</b>	<b>GERAKAN</b>	<b>NILAI</b>				
		<b>KS</b>	<b>K</b>	<b>C</b>	<b>B</b>	<b>BS</b>
1	GEDAN BARAI	KS	K	C	B	BS
2	UDE UKE	KS	K	C	B	BS
3	AGE UKE	KS	K	C	B	BS
4	SAMBON UKE	KS	K	C	B	BS
5	SHUTO UKE	KS	K	C	B	BS
6	OI ZUKI CHUDAN	KS	K	C	B	BS
7	OI ZUKI JODAN	KS	K	C	B	BS
8	SAMBON ZUKI	KS	K	C	B	BS
9	EMPI UCHI	KS	K	C	B	BS
10	MAE GERI CHUDAN	KS	K	C	B	BS
11	MAE GERI JODAN	KS	K	C	B	BS
12	KEAGE	KS	K	C	B	BS
13	KEKOMI	KS	K	C	B	BS

NAMA DAN PARAF PENILAI : \_\_\_\_\_

TOTAL NILAI KIHON : \_\_\_\_\_

<b>KUMITE</b>						
<b>NO</b>	<b>GERAKAN</b>	<b>NILAI</b>				
		<b>KS</b>	<b>K</b>	<b>C</b>	<b>B</b>	<b>BS</b>
1	CHUDAN ZUKI					
	- BENTUK	KS	K	C	B	BS
	- KETEPATAN SASARAN	KS	K	C	B	BS
	- TIMING	KS	K	C	B	BS
	- SEMANGAT	KS	K	C	B	BS
2	JODAN ZUKI					
	- BENTUK	KS	K	C	B	BS
	- KETEPATAN SASARAN	KS	K	C	B	BS
	- TIMING	KS	K	C	B	BS
	- SEMANGAT	KS	K	C	B	BS

NAMA DAN PARAF PENILAI : \_\_\_\_\_

TOTAL NILAI KUMITE : \_\_\_\_\_

<b>KATA</b>						
<b>NO</b>	<b>GERAKAN</b>	<b>NILAI</b>				
		<b>KS</b>	<b>K</b>	<b>C</b>	<b>B</b>	<b>BS</b>
1	HEIAN SHODAN					
	- BENTUK	KS	K	C	B	BS
	- PERNAFASAN	KS	K	C	B	BS
	- TIMING	KS	K	C	B	BS
	- SEMANGAT	KS	K	C	B	BS
	- KUDA -KUDA	KS	K	C	B	BS
2	HEIAN NIDAN					
	- BENTUK	KS	K	C	B	BS
	- PERNAFASAN	KS	K	C	B	BS
	- TIMING	KS	K	C	B	BS
	- SEMANGAT	KS	K	C	B	BS
	- KUDA -KUDA	KS	K	C	B	BS

NAMA DAN PARAF PENILAI : \_\_\_\_\_

TOTAL NILAI KATA : \_\_\_\_\_

TOTAL NILAI UJIAN : \_\_\_\_\_

KYU BARU : \_\_\_\_\_