



Examenvereisten 2024

Stappen naar jouw volgende band bij René Smaal Karate

Versie: 1.0
Datum: September 2024
Opgesteld door: René Smaal Karate (RSK)

Contactinformatie:

Club: René Smaal Karate
Sensei: René Smaal
Adres: Citroenvlinder 87, Apeldoorn
E-mail: rene.smaal@renesmaal.nl
Website: www.renesmaal.nl

Inhoudsopgave

Exameneisen 1/2 geel.....	4
Exameneisen Geel 7e Kyu.....	5
Exameneisen 1/2 oranje.....	5
Exameneisen Oranje 6e Kyu.....	7
Exameneisen 1/2 Groen.....	8
Exameneisen Groen 5e Kyu.....	9
Exameneisen 1/2 Blauw.....	10
Exameneisen Blauw 4e Kyu.....	10
Exameneisen 1/2 Bruin.....	12
Exameneisen Bruin 3e Kyu.....	13
Exameneisen Bruin 2e Kyu.....	14
Exameneisen Bruin 1e Kyu.....	15

1. Inleiding

"Plezier leidt tot succes, succes tot zelfvertrouwen"

Bij René Smaal Karate geloven we dat karate meer is dan een sport; het is een manier van leven die persoonlijke groei, discipline, respect en zelfvertrouwen stimuleert. Karate helpt ons niet alleen fysiek, maar ook mentaal sterker te worden. Om deze ontwikkeling te ondersteunen, hanteren we duidelijke examenvereisten die zijn ontworpen om onze leden te helpen groeien binnen de sport en daarbuiten.

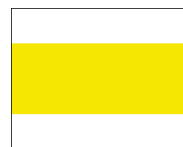
Onze kernwaarden staan daarbij centraal: plezier, respect, weerbaarheid, samenwerking en discipline. Deze waarden vormen de basis van elke les en activiteit, zowel binnen als buiten de dojo.

- **Plezier** zorgt ervoor dat onze karateka's gemotiveerd blijven en succes kunnen behalen.
- **Respect** is de basis voor een goede sfeer, zowel voor jezelf als voor anderen.
- **Weerbaarheid** helpt je om sterk en veerkrachtig te zijn, zowel fysiek als mentaal.
- **Samenwerking** zorgt ervoor dat we van elkaar leren en samen groeien.
- **Discipline** is essentieel voor vooruitgang; het geeft structuur en zorgt ervoor dat je blijft doorzetten.

Een belangrijk onderdeel van de weg naar persoonlijke groei is het afleggen van examens. Deze bieden karateka's de kans om hun voortgang te meten, hun techniek te verbeteren en te leren omgaan met druk. Tijdens het examen kunnen ze bovendien aan hun ouders, familie en vrienden laten zien wat ze hebben geleerd, wat hen extra trots maakt. Het behalen van een nieuwe band motiveert leerlingen om door te gaan en geeft hen zelfvertrouwen. Op deze manier draagt het examenproces bij aan hun groei, zowel binnen als buiten de dojo.

Exameneisen Half Geel

Kihon



In Zenkutsu dachi 5 stappen heen en terug:

- Oi Tsuki Jodan Vooruit
 - Age Uke Achteruit
 - Mae Geri Vooruit
 - Gedan Barai Achteruit
-

Kata

- Taikyoku Shodan
-

Kihon Ippon Kumite

Aanval = Oi Tsuki Jodan → **Verdediging** = Age Uke / Gyaku Tsuki Chudan
Aanval = Oi Tsuki Chudan → **Verdediging** = Uchi Uke / Gyaku Tsuki Chudan

Kumite

Op 1 lijn naast elkaar staan en op tel in springende gevechtshouding.

- 10x naar voren verplaatsen (Vooruit **voorste** been eerst optillen en **achterste** been afzetten)
-

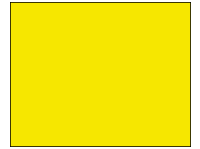
Behendigheid activiteiten

Koprol → verdediging Age Uke en tegenaanval met een luidde Kiai!

Exameneisen Geel 7^e Kyu

Kihon

In Zenkutsu dachi 5 stappen heen en terug:



- | | |
|-------------------|-----------|
| • Oi Tsuki Jodan | Vooruit |
| • Age Uke | Achteruit |
| • Oi Tsuki Chudan | Vooruit |
| • Uchi Uke | Achteruit |
| • Mae Geri | Vooruit |
| • Gedan Barai | Achteruit |
| • Mawashi Geri | Vooruit |
| • Shuto uke | Achteruit |
-

Kata

- Taikyoku Shodan
 - Hei-an Shodan
-

Kihon Ippon Kumite

Aanval = Oi Tsuki Jodan	→	Verdediging = Age Uke / Gyaku Tsuki Chudan
Aanval = Oi Tsuki Chudan	→	Verdediging = Uchi Uke / Gyaku Tsuki Chudan
Aanval = Mae Geri	→	Verdediging = Gedan Barai / Gyaku Tsuki Chudan (Schuin naar achteren stappen)

Kumite

Op 1 lijn naast elkaar staan en op tel in springende gevechtshouding.

- 10x naar voren verplaatsen (Vooruit **voorste** been eerst optillen en **achterste** been afzetten)
 - Ieders alleen richting jury tafel → 10x Stoot achterste hand vanuit springende beweging. Vervolgens wissel je van been.
-

Behendigheid activiteiten

Koprol → verdediging Age Uke en tegenaanval met een luidde Kiai!
Schouderrol → Gesprongen karatetrap over een gespannen band heen op de persoon die aan de andere kant van de mat staat met een luidde Kiai.

Exameneisen Half Oranje



Kihon 1

- Oi Tsuki Jodan
- Shuto Uke (In kokutsudachi)

Kihon 2

Vanuit Gedan Barai Kamai, In Zenkutsu dachi.

5x links voor beginnen, 1 stap naar voren en 1 stap naar achteren.
In één keer 4 technieken vanuit 'hajime'. Aanvallen naar voren met een Kiai.

- Oi Tsuki Jodan → (terug) Age Uke
- Oi Tsuki Chudan → (terug) Uchi Uke

Kata

- Hei-an Shodan
- Hei-an Nidan

Kihon Ippon Kumite

Aanval = Oi Tsuki Jodan → **Verdediging** = Age Uke / Gyaku Tsuki Chudan
Aanval = Oi Tsuki Chudan → **Verdediging** = Uchi Uke / Gyaku Tsuki Chudan
Aanval = Mae Geri → **Verdediging** = Gedan Barai / Gyaku Tsuki Chudan

Kumite

Handschoenen en bitje verplicht.

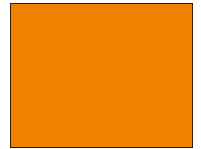
Met twee tallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

- 5x stoten met voorste hand (Jodan)
- 5x stoten met achterste hand (Chudan)

Behendigheid activiteiten

Koprol op 2 voeten landen, draai 180graden, Koprol achterover met afslaan → Gesprongen karatetrapp over gespannen band heen op de persoon die aan de andere kant van de mat staat met een luidde Kiai.

Exameneisen Oranje 6^e Kyu



Kihon 1

- Oi Tsuki Jodan
- Shuto Uke (In kokutsu dachi)
- Yoko Geri Keage (In Kiba dachi)
- Mawashi Geri → Gyaku Tsuki Chudan
- Dubbele Mawashi Geri (Met het zelfde been)

Kihon 2

Vanuit Gedan Barai Kamai, In Zenkutsu dachi.

5x links voor beginnen, 1 stap naar voren en 1 stap naar achteren.
In één keer 6 technieken vanuit 'hajime'. Aanvallen naar voren met een Kiai.

- Oi Tsuki Jodan → (terug) Age Uke
- Oi Tsuki Chudan → (terug) Uchi Uke
- Mae Geri → (terug) Gedan Barai

Kata

- Hei-an Shodan
- Hei-an Nidan

Kihon Ippon Kumite

- | | | |
|---------------------------------|---|---|
| Aanval = Oi Tsuki Jodan | → | Verdediging = Age Uke / Gyaku Tsuki Chudan |
| Aanval = Oi Tsuki Chudan | → | Verdediging = Uchi Uke / Gyaku Tsuki Chudan |
| Aanval = Mae Geri | → | Verdediging = Gedan Barai / Gyaku Tsuki Chudan |
| Aanval = Mawashi Geri | → | Verdediging = Soto Uke / Gyaku Tsuki Chudan |

Kumite

Handschoenen en beetje verplicht.

Met twee tallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

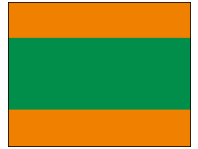
- 5x stoten met voorste hand (jodan)
- 5x stoten met achterste hand (chudan)
- Voorste been Mawashi Geri Jodan (voorste been richting het hoofd)

Behendigheid activiteiten

Koprol op 2 voeten landen, draai 180graden, Koprol achterover met afslaan → Gesprongen karatetrap over gespannen band heen op de persoon die aan de andere kant van de mat staat met een luidde Kiai.

Exameneisen Half Groen

Kihon 1



- Kokutsu Dachi → Zenkutsu Dachi (alleen verplaatsen, armen in de zij)
- Sanbon Tsuki
- Age Uke → Gyaku Tsuki
- Soto Uke → Gyaku Tsuki
- Mae Geri → Mawashi Geri (Met hetzelfde been trappen)
- Ushiro Geri

Kata

- Hei-an Shodan
- Hei-an Nidan
- Hei-an Sandan

Kihon Ippon Kumite

In Zenkutsu Dachi met 2-tallen.

P1 begint en P2 blokt en komt terug met dezelfde aanval als P1, zo alles achter elkaar. Beide personen beginnen een keer met aanvallen.

- | | | |
|---------------------------------|---|---|
| Aanval = Oi Tsuki Jodan | → | Verdediging = Age Uke / Oi Tsuki Jodan |
| Aanval = Oi Tsuki Chudan | → | Verdediging = Uchi Uke / Oi Tsuki Chudan |
| Aanval = Mae Geri | → | Verdediging = Gedan Barai / Mae Geri |

Kumite 1

Uitleg van de wedstrijd regels:

- Yuko?
- Waza-ari ?
- Ippon?

De examinatoren vragen de deelnemers over straffen etc.

Kumite 2

Handschoenen en beetje verplicht.

Met twee tallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

- 5x stoten met achterste hand (Chudan)
- 5x stoten met achterste hand (Chudan) → P2 blokt en komt terug met een tegen aanval

Kihon 1

- Kokutsu Dachi → Zenkutsu Dachi → Kiba Dachi
 - (alleen verplaatsen, armen in de zij)
- Sanbon Tsuki
- Age Uke → Gyaku Tsuki
- Soto Uke → Gyaku Tsuki

- Mae Geri → Mawashi Geri (Met hetzelfde been trappen)
- Ushiro Geri
- Shuto Uke → Mae kizame Geri → Nukite
- Mea Geri → Mawashi Geri → Gyaku Tsuki Chudan (Eerst ene been daarna andere)

Kata

- Hei-an Shodan
- Hei-an Nidan
- Hei-an Sandan

Kihon Ippon Kumite

In Zenkutsu Dachi met 2-tallen.

P1 begint en P2 blokt en komt terug met dezelfde aanval als P1, zo alles achter elkaar.

Beide personen beginnen een keer met aanvallen.

Aanval =	Oi Tsuki Jodan	→	Verdediging =	Age Uke / Oi Tsuki Jodan
Aanval =	Oi Tsuki Chudan	→	Verdediging =	Uchi Uke / Oi Tsuki Chudan
Aanval =	Mae Geri	→	Verdediging =	Gedan Barai / Mae Geri

Kumite 1

Uitleg van de wedstrijd regels door de leerling:

- Yuko?
- Waza-ari ?
- Ippon?

De examinatoren vragen de deelnemers over straffen etc.

Kumite 2

Handschoenen en bitje verplicht.

Met tweetallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

- 5x stoten met achterste hand (chudan)
- 5x stoten met achterste hand (chudan) → P2 blokt en komt terug met een tegen aanval
- "1,2 Chudan + Mawashi Geri Jodan" (hoog met je voorste hand-laag met je achterste hand en vervolgens maak je een trap met je voorste been richting het hoofd)

Kihon



- Age Uke → Gyaku Tsuki
 - Gedan Barai → Uraken Yoko Uchi (zelfde arm) → Gyaku Tsuki
 - Mae Geri (voorwaarts) → Yoko Geri (zijwaarts)
-

Kata

- Hei-an Shodan
 - Hei-an Nidan
 - Hei-an Sandan
 - Hei-an Yondan
-

Kihon Ippon Kumite

Aanval vindt plaats na 2 voorwaartse (schijn-) verplaatsingen:

- Aanval** = Oi Tsuki Jodan
Aanval = Oi Tsuki Chudan
Aanval = Mae Geri

Verdediging vindt plaats na 2 achterwaartse verplaatsingen.

- Verdediging** = Age Uke / Gyaku Shuto Uchi
Verdediging = Uchi Uke (opzij stappen) / Gyaku Tsuki
Verdediging = Gedan Barai / Uraken Yoko Uchi (zelfde arm) / Gyaku Tsuki
-

Kumite

Handschoenen en bitje verplicht.

Met twee tallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

- 5x '1,2' (voorste hand Jodan – achterste hand Chudan)
- 5x '1,2' (voorste hand Jodan – achterste hand Chudan) terug stappen...(wachten)... en kom terug met een Pak-stoot.

Kihon

- Age Uke → Gyaku Tsuki
- Gedan Barai → Uraken Yoko Uchi (zelfde arm) → Gyaku Tsuki
- Mae Geri (voorwaarts) → Yoko Geri (zijwaarts)
- Gyaku Tsuki Chudan
- Soto Uke → Yoko Empi Uchi (Zenkutsu dachi naar Kiba Dachi)
-

Kata

- Hei-an Shodan + Ura
- Hei-an Nidan
- Hei-an Sandan
- Hei-an Yondan

Kihon Ippon Kumite

Aanval vindt plaats na 2 voorwaartse (schijn-) verplaatsingen:

- Aanval** = Oi Tsuki Jodan
- Aanval** = Oi Tsuki Chudan
- Aanval** = Mae Geri
- Aanval** = Ura Mawashi Geri (met achterste been)

Verdediging vindt plaats na 2 achterwaartse verplaatsingen.

- Verdediging** = Age Uke / Gyaku Shuto Uchi
- Verdediging** = Uchi Uke (opzij stappen) / Gyaku Tsuki
- Verdediging** = Gedan Barai / Uraken Yoko Uchi (zelfde arm) / Gyaku Tsuki
...Vrije tegenaanval....

Kumite

Handschoenen en bitje verplicht.

Met twee tallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

- 5x '1,2' (voorste hand jodan – achterste hand chudan)
- 5x '1,2' (voorste hand jodan – achterste hand chudan) terug stappen...(wachten)... en kom terug met een Pak-stoot.
- 5x Voorste been Ura Mawasi Geri Jodan
- 5x Voorste been Mawasi Geri Jodan → P2 blokt en komt terug met tegen aanval



Kihon 1

Keus van de examiner zelf, kies hieronder enkele technieken uit voor 5x heen en 5x terug.

- Tsuki jodan/chudan
- Age Uke, Uchi Uke, Gedan Barai
- Geri's
- Shuto's

Kihon 2

Combinaties.

- Gyaku Shuto Uchi
- Mae Geri (voorwaarts) → Yoko Geri (zijwaarts) → Ushiro Geri (achterwaarts)

Kata

- Hei-an Shodan + Ura
- Hei-an Nidan
- Hei-an Sandan
- Hei-an Yondan
- Hei-an Godan

Kumite 1

Met 4-tallen van voor, links en rechts.

Aanval:

- | | |
|--------------------------------|-------------------------|
| P1. van voren Oi Tsuki Jodan | Aanval met rechterarm. |
| P2. van rechts Oi Tsuki Chudan | Aanval met linker arm. |
| P3. Van links Mae-Geri | Aanval met rechterbeen. |

Verdediging:

- P1. Agu Uke, Gyaku Shuto Uchi, Mawashi Geri Jodan
P2. Uchi uke, Gyaku Tsuki ,Yogo Geri (*de ander gaat nu duidelijk naar achteren*).
P3. Gedan barai, Ura Mawashi Geri, o soto gari, gyaku tsuki (op de grond)

Kumite 2

Handschoenen en bitje verplicht.

Met twee tallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

- 5x '1,2' (voorste hand Jodan – achterste hand Chudan)
- 5x '1,2' (voorste hand Jodan – achterste hand Chudan) daarna naar achteren en terugkomen met en Ura Mawashi Geri achterste been.

Kihon 1

Keus van de examiner, kies hieronder enkele technieken uit voor 5x heen en 5x terug.

- Tsuki jodan/chudan
- Age Uke, Uchi Uke, Gedan Barai
- Geri's
- Shuto's

Kihon 2

Combinaties.

- Gyaku Shuto Uchi
- Mae Geri (voorwaarts) → Yoko Geri (zijwaarts) → Ushiro Geri (achterwaarts)
- Soto Uke, Ushiro Geri, Gyaku Tsuki → Schuin naar achteren stappen Uchi uke / gyaku tsuki (in kokutsudachi)
- Gedan Juji Uke / Jodan Juji Uke / Otoshi Uke / Jun Tsuki / Oi Tsuki (stukje van de Hei-an Godan)

Kata

- Hei-an Shodan + Ura
- Hei-an Nidan
- Hei-an Sandan
- Hei-an Yondan
- Hei-an Godan
- Tekki Shodan

Kumite 1

Met 4-tallen van voor, links en rechts.

Aanval:

- | | |
|--------------------------------|-------------------------|
| P1. van voren Oi Tsuki Jodan | Aanval met rechter arm. |
| P2. van rechts Oi Tsuki Chudan | Aanval met linker arm. |
| P3. Van links Mae-Geri | Aanval met rechterbeen. |

Verdediging:

- P1. Agu Uke, Gyaku Shuto Uchi, Mawashi Geri Jodan
- P2. Uchi uke, Gyaku Tsuki, Yoko Geri (*de ander gaat nu duidelijk naar achteren*).
- P3. Gedan barai, Ura Mawashi Geri, O Soto Gari, Gyaku Tsuki (op de grond)

Kumite 2

Handschoenen en bitje verplicht.

Met tweetallen verplaatsen in springende gevechtshouding.

- 5x '1,2' (voorste hand Jodan – achterste hand Chudan)
- 5x '1,2' (voorste hand Jodan – achterste hand Chudan) daarna naar achteren en terugkomen met en Ura Mawashi Geri, achterste been.
- P1 maakt 10x een enkelvoudige techniek/aanval → P2 blokt/countert/absorbeert en komt terug met zijn eigen aanval.

Exameneisen Bruin 2^e Kyu

Kihon 1

- Sanbon Tsuki (Jodan, Chudan, Chudan)
- Shuto Uke → Gyaku Tsuki → Gedan Barai
Standen: Kokutsu Dachi → Zenkutsu Dachi → Kiba Dachi waarbij het voorste been steeds verplaatst.
- Oi Tsuki Jodan, Age Uke (terug), Mawashi Geri, Uragan, Gyaku Tsuki Chudan
- Kizame Mae Geri, Mawashi Geri (*trap met je voorste been en daarna met je achterste been en stap naar voren*), Ushiro Geri

Kihon 2

Vanuit HCD achteruit stappen in ZKD / eerst alles links en daarna rechts

- Age-Uke / (zelfde arm) Tate Tsuki Chudan / Gyaku Tsuki Chudan recht achteruit
- Uchi-Uke / Gyaku Tsuki *schuin achteruit*
- Soto-Uke / Gyaku Tsuki recht achteruit
- Gedan Barai / Uraken Uchi (zelfde arm) / Gyaku-Tsuki *schuin achteruit*
- Shuto-Uke / Gyaku Nukite (verander van stand) *schuin achteruit*

Kata

- Alle Hei-an's (Examinator kiest uit er 2 uit)
- Tekki Shodan
- Basai Dai

VOOR BONUSPUNTEN. Met twee personen

P1. Oi tsuki Jodan → P2. Counter Mea Geri

P1. Mawashi Geri Jodan met het voorste been → P2. blok voorste arm/hand en brengt been naar beneden waarnaar je een wisselstap maakt en een Mawashi Geri op de rug plaatst.

P1. Ura Mawashi Geri voorste been → P2. Pakt het been met links, schouder met rechts en legt P1 op de grond en maakt af met een stoot.

Kumite

Handschoenen aan en tegen over elkaar.

P1: 3x5 (totaal 15x) Aanval voorste hand Jodan.

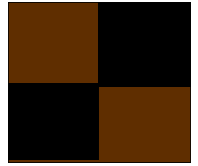
P2: 1. 5x Verdediging en tegen aanval
2. 5x Counter
3. 5x Absorberen en terugkomen met een eigen aanval.

P1: 3x5 (totaal 15x) aanval vrije keus, enkele techniek/1 aanval.

P2: 1. 5x Verdediging en tegen aanval
2. 5x Counter
3. 5x Absorberen en terugkomen met een eigen aanval.

Exameneisen Bruin 1^e Kyu

→Dit is het examenprogramma van het eerste dan examen←



Kihon

A: Tsuki Waza (stoottechnieken) + Uke Waza (blokkering en tegenaanval)

5 x Sanbon Tsuki (jodan, chudan, chudan) mawate,
5 x Sanbon Tsuki (jodan, chudan, chudan)

Yoi Dachi

(Na elke combinatie weer terug komen in Yoi Dachi)

- Achteruitstappen in ZKD met Age-Uke / Gyaku- Tsuki (rechts en links uit voeren)
- Schuin achteruitstappen in ZKD met Uchi-Uke / Gyaku Tsuki (rechts en links uit voeren)
- Recht achteruitstappen in ZKD met Soto-Uke / Gyaku Tsuki (rechts en links uitvoeren)
- Schuin achteruitstappen in ZKD met Gedan Barai / Gyaku Tsuki (rechts en links uitvoeren)
- Schuin achteruitstappen in KKD met Shuto-Uke / Gyaku Nukite (rechts en links uit voeren)

B: GERI WAZA (traptechnieken):

Hidari Kamae (links voor)

- 3 x Mae Geri (in ZKD) Mawate
- 3 x Yoko Geri Keage (in KBD) Mawate
- 3 x Yoko Geri Kekomi (in KBD) Mawate
- 3 x Mawashi Geri (in ZKD) Mawate
- 3 x Ushito Geri (in ZKD) Mawate

Wisselen van kamae (rechts voor)

- 3 x Mae-geri (in ZKD) Mawate
- 3 x Yoko Geri Keage (in KBD)
- 3 x Yoko Geri Kekomi (in KBD) Mawate
- 3 x Mawashi Geri (in ZKD) Mawate
- 3 x Ushiro Geri (in ZKD) Mawate.

C: RENZOKU WAZA

Minimaal 2x uitvoeren Yoi Dachi:

A: Achteruit stappen in ZKD met Hidari Gedan Barai:

1. Vooruit stappen met Oi-Tsuki Jodan
2. Achteruit stappen met Age-Uke
3. Mawashi-Geri
4. Uraken-Uchi / Gyaku Tsuki
5. Terug komen in Yoi Dachi

Achteruit stappen in ZKD met Migi Gedan Barai:

Vooruit stappen met dezelfde combinatie:

B: Achteruit stappen in ZKD met Hidari Gedan Barai:

1. Mae Geri (achterwaarts terug zetten)
2. Kisame Tsuki
3. Ushiro geri
4. Ura Shuto uchi / Gyaku Tsuki
5. Terugkomen in Yoi Dachi.

Achteruit stappen in ZKD met Migi Gedan Barai: Vooruit stappen met dezelfde combinatie.

KATA

De volgende Kata's kunnen gevraagd worden:

- Alle Hei-an's (Examinator kiest uit er 2 uit)
 - TEKKI SHODAN
 - BASSAI DAI
 - KANKU DAI
-

Kumite

uitvoering en aandachtspunten Jiyu Ippon Kumite:

De beginpositie op een afstand van ongeveer drie meter van elkaar starten seme en uke allebei om te komen tot een begin kamae naar keuze kenmerkend voor Jiyu Ippon Kumite is de dynamische gevechtssituatie waarbij het aanvalsmoment op een tactisch en strategisch moment door seme wordt gedaan

- er moet sprake zijn van een realistische aanval
- er moet sprake zijn van diversiteit
- de weringen en tegenaanvallen moeten logisch en adequaat zijn
- elke aanvalstechniek kan zowel rechts als links uitgevoerd worden na elk actie nemen seme en uke afstand van elkaar, zodat er weer een

nieuwe situatie ontstaat Jiyu Ippon Kumite:

- Aanval; Oi-Tsuki Jodan
 - Aanval; Oi-Tsuki Chudan
 - Aanval; Mae-Geri
 - Aanval; Yoko Geri
 - Aanval; Mawashi-Geri
 - Aanval; Ushiro-Geri
-

Jiyu Kumite:

Minimaal drie partijen van twee minuten met medekandidaat(en) of partner(s).

De kandidaat wordt beoordeeld op:

- Gevechtsafstand
- Gevechtalertheid
- Houding
- Techniek
- Beslissende techniek
- Verscheidenheid in Techniek
- Controle
- Effectiviteit - Activiteit