



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΡΑΤΕ
HELLENIC KARATE FEDERATION**

Αθήνα, 8/3/2022

Αριθ. Πρωτ.:0453

Προς: Συλλόγους - Μέλη ΕΛΟΚ

Θέμα: Προκήρυξη Εξετάσεων για την απονομή βαθμών DAN ΕΛΟΚ

ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ DAN ΕΛΟΚ ΜΑΡΤΙΟΣ 2022

Η Ελληνική Ομοσπονδία Καράτε (ΕΛΟΚ) προκηρύσσει την διεξαγωγή εξετάσεων για απονομή 4^{ου}, 5^{ου} και 6^{ου} βαθμού DAN ΕΛΟΚ.

Ημερομηνία: Κυριακή 27 Μαρτίου 2022

Τόπος: Λ. Συγγρού 201, Νέα Σμύρνη 17121 (στις εγκαταστάσεις του Κέντρου άθλησης Σότοκαν Καράτε)

Διάρκεια Εξετάσεων: 12:00 – 18:00

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

12:00 - 15:00 : 4 DAN

15:00 - 17:00 : 5 DAN

17:00 - 18:00 : 6 DAN

- Οι υποψήφιοι θα πρέπει να προσκομίσουν στη Γραμματεία της ΕΛ.Ο.Κ την αντίστοιχη αίτηση εξέτασης έως την Δευτέρα 21 Μαρτίου 2022 και ώρα 12:00.
- Οι υποψήφιοι την ημέρα των εξετάσεων θα πρέπει να έχουν υποχρεωτικά μαζί τους την ταυτότητα - μέλους της ΕΛ.Ο.Κ η οποία πρέπει να είναι ιατρικώς και ταμειακώς ενημερωμένη (σφραγίδα - υπογραφή ιατρού).
- Για την απόκτηση 4^{ου} - 6^{ου} βαθμού DAN ΕΛΟΚ πρέπει να τηρούνται τα ελάχιστα μεσοδιαστήματα με βάση τον Εσωτερικό Κανονισμό της ΕΛΟΚ.

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΩΝ 133 43 ΑΘΗΝΑ / ANO LIOSIA OLYMPIC CENTER 133 43 ATHENS GREECE

ΤΗΛ./TEL.: (+30) 210 68 13 112 • FAX: (+30) 210 68 13 119 • E-MAIL: info@elok.gr • www.elok.gr



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΡΑΤΕ
HELLENIC KARATE FEDERATION

- Οι υποψήφιοι για την απόκτηση 4^{ου} - 6^{ου} βαθμού DAN ΕΛΟΚ, θα εξεταστούν σε τεχνικές KUMITE και σε δέκα ΚΑΤΑ από την λίστα την Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Καράτε τα οποία και πρέπει να δηλώσουν στην αίτηση συμμετοχής

1	Anan	35	Jiin	69	Passai
2	Anan Dai	36	Jion	70	Pinan Shodan
3	Ananko	37	Jitte	71	Pinan Nidan
4	Aoyagi	38	Juroku	72	Pinan Sandan
5	Bassai	39	Kanchin	73	Pinan Yondan
6	Bassai Dai	40	Kanku Dai	74	Pinan Godan
7	Bassai Sho	41	Kanku Sho	75	Rohai
8	Chatanyara Kusanku	42	Kanshu	76	Saifa
9	Chibana No Kushanku	43	Kishimoto No Kushanku	77	Sanchin
10	Chinte	44	Kousokun	78	Sansai
11	Chinto	45	Kousokun Dai	79	Sanseiru
12	Enpi	46	Kousokun Sho	80	Sanseru
13	Fukyugata Ichi	47	Kururunfa	81	Seichin
14	Fukyugata Ni	48	Kusanku	82	Seienchin (Seiyunchin)
15	Gankaku	49	Kyan No Chinto	83	Seipai
16	Garyu	50	Kyan No Wanshu	84	Seiryu
17	Gekisai (Geksai) 1	51	Matsukaze	85	Seishan
18	Gekisai (Geksai) 2	52	Matsumura Bassai	86	Seisan (Sesan)
19	Gojushiho	53	Matsumura Rohai	87	Shiho Kousokun
20	Gojushiho Dai	54	Meikyo	88	Shimpa
21	Gojushiho Sho	55	Myojo	89	Shinsei
22	Hakucho	56	Naifanchin Shodan	90	Shisochin
23	Hangetsu	57	Naifanchin Nidan	91	Sochin
24	Haufa (Haffa)	58	Naifanchin Sandan	92	Suparinpei
25	Heian Shodan	59	Naihanchi	93	Tekki Shodan
26	Heian Nidan	60	Nijushiho	94	Tekki Nidan
27	Heian Sandan	61	Nipaipo	95	Tekki Sandan
28	Heian Yondan	62	Niseishi	96	Tensho
29	Heian Godan	63	Ohan	97	Tomari Bassai
30	Heiku	64	Ohan Dai	98	Unshu
31	Ishimine Bassai	65	Oyadomari No Passai	99	Unsu
32	Itosu Rohai Shodan	66	Pachu	100	Useishi
33	Itosu Rohai Nidan	67	Paiku	101	Wankan
34	Itosu Rohai Sandan	68	Papuren	102	Wanshu

