

OSS – Ofte stilte spørsmål

Hva betyr gasshuku?	Gasshuku betyr treningssamling.
Hva er en dojo?	Treningshall for karateutøvelse
Hve er gi?	karatedrakt
Hva er obi?	Et karatebelte
Hva er karate pass?	Alle utøvere må ha et karate pass med bilde. Pass brukes til å holde orden på beltegrad og treningslisenser.
Når skal jeg bruke passet?	Passet skal leveres inn ved registrering på gradering eller på gasshuku. Hvis passet ikke leveres inn, får man ikke gradere seg?
Hvorfor må vi levere inn pass foto som nybegynner?	Pass foto skal limes inn i karatepass. Dette gjør det lettere for instruktør under gradering.
Hva betyr sensei?	Sensei er navnet på hovedinstruktøren i klubben. Sensei blir også brukt om hovedinstruktør i JKA.
Hva er forskjellen på hovedinstruktør og andre instruktører?	Hovedinstruktør er ansvarlig for det sportslige nivået i klubben, og er ansvarlig for kvaliteten på treningen til de andre instruktørene.
Hva er prøvegradering?	Prøvegradering er en «vanlig» trening hvor utøver lærer hvordan gradering blir gjennomført. Samtidig får instruktør vurdert nivået på enkeltutøver. Prøvegradering er normalt 3 – 4 uker før gradering.
Hva er gradering?	Gradering er en test hvor utøver får vist hva hun / han kan av karateteknikker. Til hver beltegrad er det et eget karatepensum. Gradering består av tre deler, grunnteknikker (kihon), teknikker mot en person (kumite) og teknikker utført sammenhengende i et mønster (kata). I Fusa har vi gradering 2 ganger i året.
Hvem kan trene karate?	Fusa karateklubb har bestemt at alle som er begynt på skolen skal få lov til å begynne med karateundervisning. Det gjøres en løpende vurdering av de yngste, da barn har ulik grad av modning. Det er ingen øvre aldersgrense – så det er bare å melde seg på.
Hvor ofte må man gradere seg?	Det er valgfritt å gradere seg. For å få ny beltegrad, så må du gradere deg. Til de ulike sorte beltene er det krav til alder, antall år med trening siden sist gradering og ferdighet for å kunne ta ny beltegrad. Regler for fargebelter er gitt på klubbens hjemmeside: www.fusakarateklubb.com . I Fusa har vi gradering 2 ganger i året.
Hvor kan man kjøpe drakt?	bestilles på www.fusakarateklubb.com hjemmesiden

