

EXAMENPROGRAMMA
KYUSHO-JUTSU / DIM-MAK



ALGEMEEN

Er worden **geen kyugraden** afgenomen. Voor elke dangraad afzonderlijk zal in dit programma een overzicht gegeven worden welke materie u moet beheersen, en dit in volgende **categorieën**:

- Kyusho punten (vitale punten)
- Oosterse theorie (meridianen, energie, ...)
- Westerse theorie (anatomie, zenuwen, ...)
- Restoring (herstellende technieken)
- Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai (toepassingen van kata's of theorie)

Voor de lessen tot aan 1^{ste} dan worden er **aparte stukken cursus** per les voorzien, die afkomstig zijn uit de basiscursus Codex Serpere. Deze basiscursus krijgt u pas als u geslaagd bent voor 1^{ste} dan Kyusho-jutsu/Dim-mak en wordt dan verder gebruikt voor de volgende dangraden. De basiscursus is samen met de volgende drie delen, codex Gradi, Fluere en Volare, een onderdeel van de grote cursus, die u krijgt vanaf 4^{de} dan. Daarnaast zijn er nog een heel aantal extra cursussen voor de hogere dangraden en wordt er gebruik gemaakt van bestaande boeken en video's om de materie te gaan beheersen.

Afhankelijk van de te behalen dangraad zullen er telkens de juiste cursussen voorzien worden met daarin de theorie die u moet kennen voor het behalen van deze graad. Daarnaast wordt er van u ook verwacht dat u door **zelfstudie** en het lezen en bestuderen van bestaande werken de andere theorie uit dit programma gaat aanleren. De toepassing van deze theorie, de bunkai, wordt enkel tijdens de lessen besproken en dient u zelf schriftelijk of digitaal uit te werken.

Om te kunnen starten is er een serieuze basiskennis vereist van de technieken, bunkai en kata's, evenals een goede controle, die nodig is om de aangeboden leerstof op een ernstige, gewetensvolle en effectieve manier te kunnen toepassen. Er wordt bijgevolg gevraagd dat u een **niveau van 1^{ste} dan** of vergelijkbaar in een gevechtssport heeft voordat u aan een examen voor 1^{ste} dan Kyusho-jutsu/Dim-mak kan meedoen. Tevens moet u de **leeftijd van 16 jaar** bereikt hebben voordat u de trainingen en cursus kunt volgen. Voor het examen van 2^{de} dan moet u 20 jaar zijn. Hoe meer u van deze materie begint af te weten, hoe meer u zal beseffen dat het geen speelgoed is. Kyusho-jutsu/Dim-mak is geen gevechtssport, maar een krijgskunst.

De **wachttijden** om een hogere dangraad te behalen is zoals in de meeste gevechtssporten: bvb. 2 jaar voor een 2^{de} dan, 3 jaar om van 2^{de} naar 3^{de} dan te gaan. Echter kan de examencommissie zowel in positieve als negatieve zin die tijden veranderen, naargelang de vooruitgang van uw kennis, zowel de theoretische kennis als de praktische uitvoering ervan in de bunkai.

Met vragen kunt u altijd terecht bij hogere dangraden of leden van de examencommissie.

PROGRAMMA 1^{STE} DAN – ZWARTE BAND

CURSUS: 16 KYU LESDELEN VANUIT CODEX SERPERE (1^{STE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

Theorie

- Kyusho punten:
 - de **50 voornaamste** punten: hun ligging en hoe deze geraakt moeten worden
 - Ha: 1, 3
 - Du: 11, 16
 - Bl: 1, 40, 57
 - Ni: 6
 - Pc: 3, 6
 - 3Vw: 3, 12, 17, 23
 - Gb: 13, 14, 15, 20, 21, 25, 31
 - Le: 12, 13, 14
 - Lo: 1, 5, 6
 - Di: 10, 18
 - Ma: 5, 6, 9, 10, 11, 15
 - Mi: 6, 10, 17, 21
 - Dm: 15, 17, 20, 26
 - Rm: 3, 4, 5, 14, 17, 22, 24
- Oosterse benadering: grondige kennis
 - **Meridianen** en hun ligging
 - **Oosterse Principles:**
 - De energicyclus
 - De 24h-cyclus
 - Het Yin/Yang principe
 - De voedende cyclus van de elementen
 - De vernietigende cyclus van de elementen
 - Elementen op de hand
 - **Alarmpunten** van de meridianen
- Westerse benadering:
 - **Basis kennis**
 - De verschillende zenuwstelsels
 - Ruggenmergconnecties en de structuur van de wervelkolom
 - Het principe van convergentie
 - De verschillende types van sporen en zenuwvezels
 - De structuur en werking van de NTS + hoe deze geprikkeld wordt
 - Het principe van een syncope
 - Het "Iron Shirt" blokkeringsmechanisme
 - Biomechanische reflexen
 - Verschillende manieren om punten te activeren

Restoring

- Onderstaande restoring technieken: kennen en kunnen toepassen
 - Single point restoring
 - Algehele restoring
 - Hoofd restoring
 - Hart restoring
 - Long restoring
 - Ademhaling restoring
 - Restoring van staande KO
 - Adrenaline restoring

Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai

- **Volledig 1 lagere kata** naar keuze uitleggen, en ook schriftelijk/digitaal uitwerken, op kyusho niveau met benaming van de hoger vermelde 50 kyusho punten, deze weten liggen en hoe deze geraakt worden
- De uitgelegde technieken ook kunnen toepassen met partner
- Keuze uit:
 - Shotokan ryu Karate: keuze uit heian shodan t.e.m. godan
 - Ryushinkan Koryu Karate: keuze uit pinan shodan t.e.m. godan
 - Voor andere stijlen: eveneens een lagere kata naar keuze

PROGRAMMA 2^{DE} DAN – ZWARTE BAND

CURSUS: CODEX SERPERE (1^{STE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

CURSUS: CODEX GRADI (2^{DE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

Theorie

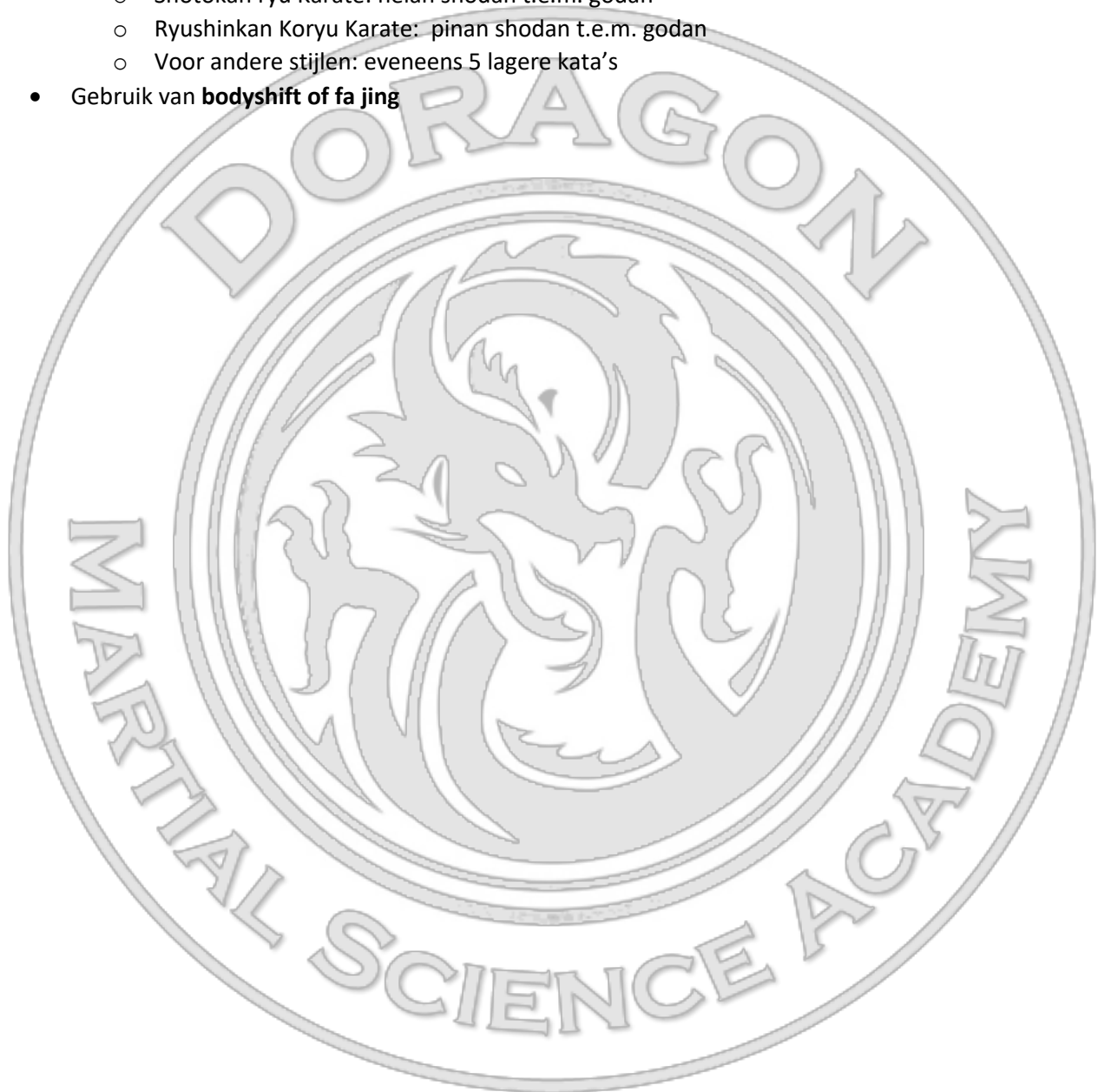
- Kyusho punten
 - De 50 punten voor 1^{ste} dan + **hun effect en de zenuwen** waarop zij liggen
 - De **tweede 50 voornaamste** punten: hun ligging en hoe deze geraakt moeten worden
 - Ha: 2, 5
 - Du: 13, 17
 - Bl: 2, 10, 15, 23, 52, 56, 58, 62
 - Ni: 10, 13, 14, 20, 21, 23
 - Pc: 1
 - 3Vw: 11
 - Gb: 1, 2, 3, 22, 23, 24, 43
 - Le: 3, 11
 - Lo: 2, 3, 4, 8
 - Di: 11, 12, 17
 - Ma: 1, 2, 12, 16, 18, 19, 30
 - Mi: 4, 12, 13, 19
 - Dm: 4, 16
 - Rm: 23
- Oosterse benadering:
 - Kennis van de **extra-meridiaan-punten** op het hoofd: benaming en ligging
- Westerse benadering:
 - **Basiscursus meer in detail** dan voor 1^{ste} dan
 - Het **zenuwstelsel**: neuronen en zenuwen, perifeer en centraal zenuwstelsel, nervus vagus, nervus phrenicus
 - **Ruggenmergconnecties**: ruggenmerg structuur, plexus connecties, het hersen-spiercircuit, inwendige organen connecties, associaties van viscerale componenten, zenuwconnecties van de 50 punten voor 1^{ste} dan
 - **Dim Mak principes**: convergentie, additie, prestimulatie
 - **Reflexen**: principe, reflexboog, mono-synaptische reflex, somato-sympatische reflex, reflex met gekruiste uitstrekking
 - Kennis van de **neuroshutdown** technieken en deze gecontroleerd kunnen toepassen
 - Het **beenderstelsel**: de voornaamste beenderen van het skelet kunnen benoemen en weten waar deze zich bevinden (Latijn en Nederlands / optie Engels):
 - de buitenste schedelbeenderen die de schedel vormen
 - beenderen van de ledematen
 - voor de handen en voeten: enkel de middenhandsbeentjes en middenvoetsbeentjes en de drie soorten falangen
 - beenderen van de romp
 - de wervelkolom: opbouw, de vertebrae, de disci intervertebrales, de sulcus nervi spinalis, het ruggenmerg

Restoring

- **Blijvende kennis** van de restoring technieken voor 1^{ste} dan

Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai

- **Volledig de 5 lagere kata's** uitleggen, en schriftelijk/digitaal uitwerken, op kyusho niveau met benaming van de hierboven vermelde 100 voornaamste punten en hoe deze geraakt worden (Westerse benadering zoals in de basiscursus)
 - Shotokan ryu Karate: heian shodan t.e.m. godan
 - Ryushinkan Koryu Karate: pinan shodan t.e.m. godan
 - Voor andere stijlen: eveneens 5 lagere kata's
- Gebruik van **bodyshift of fa jing**



PROGRAMMA 3^{DE} DAN – ZWARTE BAND

CURSUS: CODEX SERPERE (1^{STE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

CURSUS: CODEX GRADI (2^{DE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

CURSUS: CODEX FLUERE (3^{DE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

Theorie

- De 100 punten voor 1^{ste} en 2^{de} dan + hun effect en de zenuwen waarop zij liggen
- De derde 50 voornaamste punten: hun ligging en hoe deze geraakt moeten worden
 - Ha: -
 - Du: 5, 7, 8
 - Bl: 12, 13, 22, 41, 42, 43, 51, 55
 - Ni: 3, 4, 5, 22, 27
 - Pc: 2, 8
 - 3Vw: 15, 16, 18, 22
 - Gb: 8, 12, 19, 32, 34, 39, 40, 41
 - Le: 1, 2, 9
 - Lo: 10
 - Di: 7, 8, 13
 - Ma: 25, 35, 36, 42
 - Mi: 1, 3, 20
 - Dm: 14, 25
 - Rm: 12, 13, 15, 16
- Westerse benadering:
 - **Basis cursus meer in detail dan voor 2^{de} dan**
 - **Zenuwstelsel:** sympathische zenuwen, entherisch zenuwstelsel en innervaties van de organen, nervus trigeminus en nervus facialis
 - **Ruggenmergconnecties:** sympathische stam, viscerosensibiliteit, zenuwen en ganglia van het autonoom zenuwstelsel, zenuwconnecties van de 50 punten voor 2^{de} dan
 - **Dim Mak principes:** weerpijn
 - **Reflexen:** somato-viscerale reflex, segmentale reflexen, sinus caroticus reflex, cardio-remmend en cardio-versnellend centrum
 - **Anatomie van de jodan zone** (hoofd, hals en nek) grondig kennen, d.i. alles kunnen benoemen (Latijn en Nederlands) en de ligging kennen
 - Voornaamste oppervlakkige spieren
 - Voornaamste zenuwbanen
 - Voornaamste aders en slagaders

Restoring

- **Blijvende kennis** van de restoring technieken voor 1^{ste} dan

Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai

- **Volledig 2 hogere kata's** naar keuze uitleggen, en schriftelijk/digitaal uitwerken, op Kyusho niveau met benaming van de hierboven vermelde 150 voornaamste punten en hoe deze geraakt worden + uitleg op welke zenuwen en beenderen deze punten liggen
- **Fa jing kunnen gebruiken** in de onderstaande toepassingen. Dit geldt vanaf deze dangraad zeker voor de volgende dangraden.

PROGRAMMA 4^{DE} DAN – ZWARTE BAND

CURSUS: CODEX SERPERE (1^{STE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

CURSUS: CODEX GRADI (2^{DE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

CURSUS: CODEX FLUERE (3^{DE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

CURSUS: CODEX VOLARE (4^{DE} DEEL KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK)

CURSUS: DE ACHT EXTRA MERIDIANEN

Theorie

- Kyusho punten
 - De 150 punten van 1^{ste}, 2^{de} en 3^{de} dan + hun effect en zenuwen waarop zij liggen
 - Kennis hebben van **de overige punten op de meridianen**
- Oosterse benadering:
 - De **acht extra meridianen** en de combinaties hierop
- Westerse benadering:
 - **Basicursus meer in detail** dan voor 3^{de} dan
 - **Zenuwstelsel:** belangrijke zenuwen meer in detail, zenuwplexussen (plexus cardiacus, plexus solaris, plexus brachialis, plexus cervicalis), actiepotentiaal
 - **Connecties CZS:** craniale zenuwen (basis), occipitale zenuwen (basis), thorax zenuwen, zenuwconnecties van de 50 punten voor 3^{de} dan
 - **Dim Mak principes:** afferente en efferente zenuwbaantrajecten, werking NTS en hypothalamus meer in detail
 - **Reflexen:** trigeminocardiale reflex
 - **Anatomie van de gedane zone** (bekken, onderste ledematen) grondig kennen, d.i. alles kunnen benoemen (Latijn en Nederlands) en de ligging kennen
 - Voornaamste oppervlakkige spieren
 - Voornaamste zenuwbanen
 - Voornaamste aders en slagaders
 - Kennis van **het hart**
 - Ligging en omgevende anatomie
 - Functionele anatomie
 - Werking (pomp, prikkel)
 - Bloedsomloop hart en longen

Restoring

- **Blijvende kennis** van de restoring technieken voor 1^{ste} dan

Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai

- **Volledig 2 hogere kata's** naar keuze (andere dan voor 3^{de} dan) uitleggen, en schriftelijk/digitaal uitwerken, op Kyusho niveau met benaming van alle punten en hoe deze geraakt worden
 - + **uitleg op welke zenuwen en beenderen** deze punten liggen
 - + **benaming van de spiergroepen** waarop deze liggen
- **5 combinaties van de 8 extra meridianen** kunnen uitvoeren en begrijpend kunnen uitleggen waarom men het beschreven resultaat bekommt

PROGRAMMA 5^{DE} DAN – ZWARTE BAND

CURSUS: CODEX SERPERE, CODEX GRADI, CODEX FLUERE, CODEX VOLARE: KYUSHO-JUTSU/ DIM-MAK

CURSUS: DIM-MAK DOOR DE OGEN VAN DE MEDISCHE WETENSCHAP

Theorie

- Kyusho punten
 - **Alle kyusho punten + hun effect en zenuwen** waarop zij liggen
+ **de connecties** met het centrale zenuwstelsel (o.a. ruggenmergsegmenten)
- Westerse benadering:
 - Kennis van de materie in de cursus **“Dim-mak door de ogen van de medische wetenschap”**
 - **Anatomie van de chudan zone** (romp, borst, rug, schouders, bovenste ledematen) grondig kennen, d.i. alles kunnen benoemen (Latijn en Nederlands) en de ligging kennen
 - Voornaamste oppervlakkige spieren
 - Voornaamste zenuwbanen
 - Voornaamste aders en slagaders
 - Kennis van **de organen: ligging, functie en werking**
 - De dunne darm
 - De blaas
 - De nieren
 - De galblaas
 - De lever
 - De longen
 - De dikke darm
 - De maag
 - De milt
 - De pancreas
 - Prevertebrale plexus

Restoring

- **Blijvende kennis** van de restoring technieken voor 1^{ste} dan

Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai

- **Volledig 2 hogere kata's** naar keuze (andere dan voor vorige dangraden) uitleggen, en schriftelijk/digitaal uitwerken, op Kyusho niveau met benaming van alle punten en hoe deze geraakt worden
 - + **uitleg op welke zenuwen en beenderen** deze punten liggen
 - + **benaming van de spiergroepen** waarop deze liggen
 - + **welke ader of slagader** eventueel geraakt wordt
- Toepassing van de cursus **“Dim-mak door de ogen van de medische wetenschap”** in **5 combinaties** van technieken uit die kata's en kunnen uitleggen waarom volgens de Westerse benadering dat effect bereikt wordt

PROGRAMMA 6^{DE} DAN – ROOD-WITTE BAND

CURSUS: CODEX SERPERE, CODEX GRADI, CODEX FLUERE, CODEX VOLARE: KYUSHO-JUTSU/ DIM-MAK

CURSUS: DIM-MAK DOOR DE OGEN VAN DE MEDISCHE WETENSCHAP

CURSUS: KATA-BUNKAI EN ORGAAN GERELATEERDE QI GONG

CURSUS: NEUROLOGIE EN KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK

Theorie

- Kyusho punten
 - **Alle kyusho punten** blijven kennen
 - + **hun effect en zenuwen** waarop zij liggen
 - + **de connecties** met het centrale zenuwstelsel (o.a. ruggenmergsegmenten)
- Westerse benadering:
 - **grondige kennis** van de cursus “**Dim-mak door de ogen van de medische wetenschap**”
 - **Gedetailleerde kennis van het zenuwstelsel** van het volledige lichaam (de cursus “Neurologie en kyusho-jutsu/dim-mak” dient enkel ter informatie en verduidelijking)
 - indeling van het zenuwstelsel
 - centraal en perifeer zenuwstelsel
 - grote hersenen, kleine hersenen, hersenstam en ruggenmerg
 - reflexen
 - hersenzenuwen
 - autonoom (sympathisch en parasympathisch) zenuwstelsel

Restoring

- **Blijvende kennis** van de restoring technieken voor 1^{ste} dan

Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai

- De **6 eerste** qi gongs en kata- en kumite-vormen van de **drakenpalmen** op de juiste snelheid kunnen uitvoeren (zie cursus + videos “Kata-bunkai en orgaan gerelateerde qi gong”)
 - Slangen Handen
 - Rechte Handen
 - Wisselende Handen
 - Werpande Handen
 - Wuivende Handen
 - Brekende Handen
- **Volledig 2 hogere kata's** naar keuze (andere dan voor vorige dangraden) uitleggen, en schriftelijk/digitaal uitwerken, op kyusho niveau met benaming van alle punten en hoe deze geraakt worden
 - + **uitleg op welke zenuwen en beenderen** deze punten liggen
 - + **benaming van de spiergroepen** waarop deze liggen
 - + **welke ader of slagader** eventueel geraakt wordt
- Toepassing van de cursus “**Dim-mak door de ogen van de medische wetenschap**” in **5 combinaties** van technieken uit die kata’s (andere dan voor 5^{de} dan) en kunnen uitleggen waarom volgens de Westerse benadering dat effect bereikt wordt

PROGRAMMA 7^{DE} DAN – ROOD-WITTE BAND

CURSUS: CODEX SERPERE, CODEX GRADI, CODEX FLUERE, CODEX VOLARE: KYUSHO-JUTSU/ DIM-MAK

CURSUS: DIM-MAK DOOR DE OGEN VAN DE MEDISCHE WETENSCHAP

CURSUS: KATA-BUNKAI EN ORGAAN GERELATEERDE QI GONG

CURSUS: NEUROLOGIE EN KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK

Theorie

- Kyusho punten
 - **Alle kyusho punten** blijven kennen
 - + **hun effect en zenuwen** waarop zij liggen
 - + **de connecties** met het centrale zenuwstelsel (o.a. ruggenmergsegmenten)
- Westerse benadering:
 - grondige en **parate kennis** van de materie in de cursus “Dim-mak door de ogen van de medische wetenschap”

Restoring

- **Blijvende kennis** van de restoring technieken voor 1^{ste} dan

Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai

- De **6 laatste** qi gongs en kata- en kumite-vormen van de **drakenpalmen** op de juiste snelheid kunnen uitvoeren (zie cursus + videos “Kata-bunkai en orgaan gerelateerde qi gong”)
 - Wilgen Handen
 - Hamer Handen
 - Bumpende en Snijdende Handen
 - Kleine Cirkel Handen
 - Arend Vormige Handen
 - Dubbele Wisselende Handen
- **Volledig 2 hogere kata's** naar keuze (andere dan voor vorige dangraden) uitleggen, en schriftelijk/digitaal uitwerken, op kyusho niveau met benaming van alle punten en hoe deze geraakt worden
 - + **uitleg op welke zenuwen en beenderen** deze punten liggen
 - + **benaming van de spiergroepen** waarop deze liggen
 - + **welke ader of slagader** eventueel geraakt wordt
- Toepassing van de cursus “**Dim-mak door de ogen van de medische wetenschap**” in **5 combinaties** van technieken uit die kata’s (andere dan voor vorige dangraden) en kunnen uitleggen waarom volgens de Westerse benadering dat effect bereikt wordt

PROGRAMMA 8^{STE} DAN – RODE BAND

CURSUS: CODEX SERPERE, CODEX GRADI, CODEX FLUERE, CODEX VOLARE: KYUSHO-JUTSU/ DIM-MAK

CURSUS: DIM-MAK DOOR DE OGEN VAN DE MEDISCHE WETENSCHAP

CURSUS: KATA-BUNKAI EN ORGAAN GERELATEERDE QI GONG

CURSUS: NEUROLOGIE EN KYUSHO-JUTSU/DIM-MAK

CURSUS: ENERGIE VERSTORENDE TECHNIEKEN

Theorie

- Kennis van de materie in de cursus “Energie verstorende technieken”
- **Parate kennis van de materie van alle cursussen**, ook tijdens het lesgeven, niet enkel op het examen

Nota: de cursus “Neurologie en Kyusho-jutsu/Dim-mak” dient enkel ter verduidelijking van de werking van Dim-mak.

Restoring

- **Blijvende kennis** van de restoring technieken voor 1^{ste} dan

Kyusho Jutsu / Dim Mak Bunkai

- **Kennis en demo van de energie verstorende technieken**
 - Penetratie vorm
 - Vliegende vorm
 - Windroos vorm
 - Spiraal vorm
 - Golvende vorm
 - Sluitingsvorm
 - Water vorm
 - Aarde vorm
 - Vorm der leegte
 - Vorm der stilte
 - Prenatale vorm
 - Eindvorm

PROGRAMMA 9^{DE} DAN – RODE BAND

Eregraad

PROGRAMMA 10^{DE} DAN – WITTE BAND

Eregraad

