

Harrastus alkaa normaalisti kids-, alkeis- tai perhekaratekursseilta, lisäksi voi ulkopuolisista eri karateseuroista siirtyä harrastajia seuraamme.

Ikä määrittää suuriltaosin mihin ryhmään tai kurssille harrastaja kuuluu. Taitotason ja/tai iän karttuessa harrastaja siirtyy yleensä ylempään tai eri harjoitusryhmään.

Kids -kursseille voivat osallistua 5-6 -vuotiaat, sekä esim. henkiseltä tasoltaan tähän ryhmään parhaiten soveltuvat. Ikä ja henkinen valmius määrittelevät pääsääntöisesti tähän ryhmään kuulumisen. Kids -kurssilta siirrytään juniorialkeiskurssille, jossa harrastavat 7-13 -vuotiaat.

Juniorialkeiskurssille osallistuvat 7-13 -vuotiaat harrastajat. Kurssi kestää n. neljä kuukautta, jonka jälkeen siirrytään juniorijatkokurssille, joka kestää n. 5 kuukautta. Vyötestit pidetään aina kurssien loppupuolella. Vyön suorittamatta jääminen ei estä siirtymistä ryhmän mukana(poikkeukset huomioiden) uuteen ryhmään.

Juniorijatkokurssilta siirrytään kelta-oranssivöiden junioreiden harrastusryhmään tai mikäli saavutetaan jo 14 -vuoden ikä, tapahtuu siirtyminen aikuisten jatkokurssille tasovyötestin mukaan tai valmentajien ohjeistuksen mukaan.

Kelta-oranssivyöt voivat osallistua taitotason salliessa talenttiryhmän kilpailuharjoituksiin, valmentajien ohjeistuksen mukaan.

Oranssivöiset 13-vuotta täyttäneet juniorit voivat osallistua(suosittelaa) omien harjoitusten lisäksi aikuisten jatkokurssin harjoituksiin.

Juniori vihreät vyöt ja ylemmät(junnu ylemmät), voivat osallistua omien harjoitusten lisäksi ylemmät junnut / aikuiset kumite-/kataharjoituksiin, sekä 13 -vuotta täyttäneet voivat osallistua omien harjoitusten lisäksi n. kerran viikossa tasoaan vastaaviin aikuisten harjoituksiin.

Ylemmillä junnuilla on myös mahdollisuus osallistua talenttien, NEM- ja MM-ryhmän harjoituksiin sekä alueleireille, mikäli kilpailuryhmien valmentajat ovat heidät siihen hyväksyneet.

Juniorit siirtyvät aikuisten harjoitusryhmiin n. 13-14 -vuoden ikäisinä tasovyökokeen jälkeen.

Perhekaratesta on mahdollista siirtyä iän ja taitotason puitteissa valmentajien ohjeistuksen mukaan uusiin ryhmiin tai halun mukaan jatkaa edelleen perhekarateryhmissä.

Aikuisten alkeiskurssilta siirrytään aikuisten jatkokurssille ensimmäisen vyötestin jälkeen(siiirrytään vaikka vyötä ei olisi suoritettu). Jatkokurssin päätteeksi on vyötesti, jonka jälkeen siirrytään ylempien aikuisten harjoituksiin.

Ylemmät aikuiset voivat käydä perusharjoitusten lisäksi ylemmät junnut / aikuiset kumite/kataharjoituksissa, fysiikkaharjoituksissa, sekä tason puitteissa alueleireillä ja valmentajien hyväksytyä, tasoa vastaavissa kilpailuryhmän harjoituksissa.

Kilpailuryhmistä on mahdollista edetä karateliiton haastaja- ja maajoukkueryhmiin, karateliiton valintaleirien perusteella(haetaan valmentajien suositellessa).