

PRÜFUNGSPROGRAMM zum 1. Kyu

KIHON

Das Kihon-Programm zum 2. Kyu in abgewandelter Form mit zusätzlich eingearbeiteten weiteren Techniken.
KOSHINKAN-FORM (mindestens 9 Kombis)



PARTNERÜBUNG

Das Kihon Programm ist mit Partner Anwendung zu zeigen

KATA Tekki Sandan und eine Kür-Kata (keine Heian-Kata)

BUNKAI der Prüfling bestimmt 3 Kata-Phasen (Verteidigungs-Kombinationen) aus der Tekki-Sandan oder der Kür-Kata

LEHRPROBE Der Prüfling zeigt eine Lehrprobe, die im Vorfeld beim Trainer/Prüfer zu erbringen ist.
Schriftliche Prüfung

Aufgabe: z.B. vier Karateka (8. bis 4. Kyu gemischt) lernen die Kata Heian Godan incl. 2 Bunkai-Phasen

SELBSTVERTEIDIGUNG

Eine frei gewählte Form einer SV gegen einen oder mehrere Gegner mit diversen Angriffstechniken.

Der Prüfling sollte sich bei der Zusammenstellung an den Vorgaben zur Dan-Prüfung orientieren.

Nicht zu lang, sondern effektiv!!!

