



PRÜFUNGSANFORDERUNGEN GESAMTÜBERSICHT

TECHNISCHE ANGABEN		GRAD				
		1. Dan	2. Dan	3. Dan	4. Dan	5. Dan
OYO IDO / GRUNDSCHULE						
1. - 5. Dan: Kumite kamae						
sanchin dachi	sanbon zuki					
sanchin dachi	jodan uke, chudan zuki, mae ger					
suriashi dachi	uchi uke, jodan hikite zuki					
suriashi dachi	teisho ate, ura uchi, chudan hikite zuki					
suriashi dachi	mae geri, ren tsuki					
moto dachi - tsugiashi dachi	ren zuki					
moto dachi - hiki ayumiashi dachi	ren zuki					
moto dachi - tsugiashi dachi	mae ashi mae geri, ren zuki					
moto dachi - hiki ayumiashi dachi	shiko dachi 90° , seiken zuki, sokuto geri					
moto dachi - yoriashi dachi	ura uchi, gyaku zuki, mae geri					
moto dachi - oiashi dachi	mae geri gedan geri, mae geri, ren zuki					
KATA / BEWEGUNGSFORM						
Sanchin						
Tensho						
Sepai						
Sanseiru						
Seisan						
Shisochin						
Kururunfa						
Suparinpei						
BUNKAI KATA / ANALYSE DER KATA						
Sanseiru						
Seisan						
Shisochin						
Kururunfa						
Suparinpei						
YAKUSOKU KUMITE / FESTGELEGTE KAMPFTECHNIKEN						
Nanahon Kumite Uratori (frei)						
Gohon Kumite						
Gohon Kumite Uratori						
Roppon Kumite						
Roppon Kumite Uratori						
KUMITE / FREIKAMPF						
Jyu Kumite 5x2 min						
THEORIE						
Mündliche Fragen						
Schriftliche Arbeit						