

1. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil		
	Katabunkai	Kumite	Selbstverteidigung
<p>Zwei Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 1. Dan Shotokan-Ausrichtungen Kanku-dai, Jion</p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen San-chi, Se-san</p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen Seishan, Kushanku</p> <p>6-8 Techniken oder Kombinationen aus den gezeigten Katas oder in Bezug zu den gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x</p>	<p>Demonstration von sechs Katasequenzen in Anwendung mit Partner aus den Pflichtkatas</p> <p>je 3-5 x langsam und schnell</p>	<p>Abfrage nach Wahl des Prüfers: Technikausführung im Stand, Einstiepp, Zweistepptechnik, Schrittechniken, Beintechniken, Fußfegetechniken, Würfe, Konterformen, Angriffsaktionen in Folge, Aufbauender Angriff</p> <p>Spezialtechnik Vorbereitung/Variation/Besonderheit</p> <p>je 3-5 x langsam und schnell</p> <p>1-3 x Wettkampf (Kumite-Shiai) Kenntnis der Wettkampfgeln in Theorie und Praxis (Kampfrichter bei 1-2 Kämpfen)</p>	<p>Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:</p> <p>beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung beliebiges Würgen beliebigen Faustschlag Kombination Faustschläge beliebigen Fußtritt Kombination Fußtritte beliebiger Stockangriff</p> <p>Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden</p> <p>je 3-5 x langsam und schnell</p>
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

2. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil		
	Katabunkai	Kumite	Selbstverteidigung
<p>Zwei Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 2 Dan</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen Auswahl aus folgenden Kata Bassai-dai, Empi, Gankaku, Kanku-sho, Gojushiho-sho</p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen Ten-sho, Kurunfa</p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen Bassai, Seishan</p> <p>6-8 Techniken oder Komb. aus den gezeigten Katas oder in Bezug zu den gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x</p>	<p>Demonstration einer weiteren Kata (Im Shotokan aus der nebenstehenden Gruppe)</p> <p>Demonstration von sechs Katasequenzen in Anwendung mit Partner</p> <p>je 3-5 x langsam und schnell</p>	<p>Abfrage nach Wahl des Prüfers: Technikausführung im Stand, Einstiepp, Zweistepptechnik, Schrittechniken, Beintechniken, Fußfegetechniken, Würfe, Konterformen, Angriffsaktionen in Folge, Aufbauender Angriff</p> <p>Spezialtechnik Vorbereitung/Variation/Besonderheit</p> <p>je 3-5 x langsam und schnell</p> <p>1-3 x Wettkampf (Kumite-Shiai) Kenntnis der Wettkampfgeln in Theorie und Praxis</p>	<p>Eine Abwehrtechnik gegen folgende Angriffe:</p> <p>beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung beliebiges Würgen beliebige Faustschläge beliebiger Fußtritte Kombination Faust / Fußtritte beliebiger Stockangriff</p> <p>Alle gezeigten Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden.</p> <p>Prüfung weiterer individueller Verteidigungsformen möglich.</p> <p>Kenntnis der Verteidigung gegen mehrere Angreifer. je 3-5 x langsam und schnell</p>
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

3. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil		
	Katabunkai	Kumite	Selbstverteidigung
<p>Zwei Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 3. Dan</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen Auswahl aus folgenden Kata Unsu, Gojushiho-dai, Sochin Nijushiho, Chinte, Bassai-sho</p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen Ten-sho, Superimpei</p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen Bassai, Wanshu</p> <p>6-8 Tech. oder Komb. aus den gezeigten Katas oder in Bezug zu den gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x</p>	<p>Demonstration einer weiteren Kata nach Ansage des Prüfers (Im Shotokan aus den nebenstehenden Gruppe)</p> <p>Demonstration von sechs Katasequenzen in Anwendung mit Partner</p>	<p>Abfrage nach Wahl des Prüfers: Technikausführung im Stand, Einstepp, Zweistepptechnik, Schrittechniken, Beintechniken, Fußfegetechniken, Würfe, Konterformen, Angriffsaktionen in Folge, Aufbauender Angriff</p> <p>Spezialtechnik Vorbereitung/Variation/Besonderheit</p> <p>je 3-5 x langsam und schnell</p> <p>1-3 x Wettkampf (Kumite-Shiai) Kenntnis der Wettkampfgeln in Theorie und Praxis</p>	<p>Eine Abwehrtechnik gegen folgende Angriffe:</p> <p>beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung beliebiges Würgen beliebige Faustschläge beliebige Fußtritte Kombination Fußtritte/Faustschläge beliebiger Stockangriff</p> <p>Alle gezeigten Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden. Prüfung weiterer individueller Verteidigungsformen möglich. Kenntnis der Verteidigung gegen mehrere Angreifer.</p>
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

4. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	<i>Wahlteil</i> Katabunkai – Kumite – Selbstverteidigung
<p>Zwei Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 4. Dan</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen Auswahl aus folgenden Kata Tekki 2 Tekki 3 Jitte Jiin Meikyo Hangetsu Wankan</p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen</p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen</p> <p>4-8 Techniken aus beiden Kata nach Ansage des Prüfers</p>	<p>Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine praktische Demonstration beinhalten.</p> <p>Die Themen können aus folgenden Bereichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Geschichte/ Philosophie - Beschreibung von Technikabläufen - Beschreibung von Trainingsformen - karatespezifische Untersuchungen <p>Keine schriftliche Ausarbeitung!</p>

5. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	<i>Wahlteil</i> Katabunkai – Kumite – Selbstverteidigung
<p>Demonstration von zwei Kata, davon eine stilrichtungsfremde Kata</p>	<p>Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine praktische Demonstration beinhalten.</p> <p>Die Themen können aus folgenden Bereichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Geschichte/ Philosophie - Beschreibung von Technikabläufen - Beschreibung von Trainingsformen - karatespezifische Untersuchungen <p>Keine schriftliche Ausarbeitung !</p>

Ab 6. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	<i>Wahlteil</i>
	Katabunkai – Kumite – Selbstverteidigung
Demonstration von einer Kata	<p>Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine praktische Demonstration beinhalten</p> <p>Die Themen können aus folgenden Bereichen:</p> <ul style="list-style-type: none">- Geschichte/ Philosophie- Beschreibung von Technikabläufen- Beschreibung von Trainingsformen- karatespezifische Untersuchungen <p>Schriftliche Ausarbeitung !</p>