



# PRÜFUNGSANFORDERUNGEN GESAMTÜBERSICHT

TECHNISCHE ANGABEN		GRAD				
		1. Dan	2. Dan	3. Dan	4. Dan	5. Dan
<b>OYO IDO / GRUNDSCHULE</b>						
<b>1. - 5. Dan: Kumite kamae</b>						
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					
<b>KATA / BEWEGUNGSFORM</b>						
Shisochin						
Sesan						
Sepai						
Kururunfa						
Suparinpei						
Sanchin						
Tensho						
<b>BUNKAI KATA / ANALYSE DER KATA</b>						
Shisochin						
Seisan						
Sepai						
Kururunfa						
Suparinpei						
<b>YAKUSOKU KUMITE / FESTGELEGTE KAMPFTECHNIKEN</b>						
Nanahon Kumite Uraatori (frei)						
Gohon Kumite						
Gohon Kumite Uraatori						
Roppon Kumite						
Roppon Kumite Uraatori						
<b>KUMITE / FREIKAMPF</b>						
Jyu Kumite 5x2 min						
<b>THEORIE</b>						
Mündliche Fragen						
Schriftliche Arbeit						