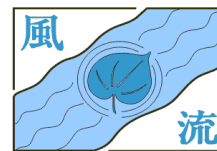




Fūryūkan Königsbrück
Programm für Kinder-Prüfungen
 im Koryū Uchinādi Kenpō jutsu
 Februar 2015



Die Prüfung zum nächsthöheren Grad setzt die Beherrschung der Formen aller früheren Grade voraus

Vorprüfung zum 9.Kyū

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Age uke • Gedan uke • Uchi uke ODER/UND Soto uke • Mae geri • Ukemi: Sturz aus dem Sitzen bzw. aus dem Kniestand Seitwärts / rückwärts / vorwärts 	<ul style="list-style-type: none"> • Tsuki waza (Auswahl auf Zählung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tsuki waza (Teil 1-3 Age-, Gedan, Uchi uke, ggf. auch Soto uke)

9.Kyū

Weißer Gürtel mit einem gelben Streifen

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Kake uke • Shuto uke • ggf.: Soto uke /Uchi uke • Mae geri (gegen Pratze) 	<ul style="list-style-type: none"> • Shiho uke 1 (nur mit Age uke) • Ukemi waza 	<ul style="list-style-type: none"> • Tegumi: Hände einhaken • Tsuki waza Teil 1 - 4

Vorprüfung zum 8.Kyū

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
<p>Siehe 9.Kyu</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Shiho uke 1 (komplett) • Heishu waza (Anfang mit 7 Fauststößen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tsuki waza (komplett) • Tegumi: Stoß bzw. Druck ableiten • Heishu waza - Fauststöße

8.Kyū

Weißer Gürtel mit zwei gelben Streifen

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
---	--	--

- Mawashi geri
- Eine Wurftechnik
- Bewegung am Boden (Schildkröten-Übung)
- Heishu waza vollständig
- Heishu waza vollständig
- Heishu waza vollständig

Vorprüfung zum 7.Kyū

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
---	--	--

- Yoko kekomi gegen Pratze
- Ne keru waza
- Shiho uke 2 (Abwehr und Arm-Konter)
- Tegumi: Annehmen und Kontern Tetsui uchi (Hammerfaust)
- Tachi keru waza (Zielübungen für Tritte)

7.Kyū

Gelber Gürtel

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
---	--	--

- diverse Ukemi aus dem Stand, mit Partner und über Hindernisse
- Taisabaki jodan
- Bewegung am Boden (Schildkröte) mit/auf Partner, einschließlich Befreiungsversuchen
- 2 weitere Würfe, d.h. insgesamt drei Nage waza
- Tegumi mit 3er-Wechsel: gerader Fauststoß und halbkreisförmiger Fauststoß

Vorprüfung zum 6.Kyū

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
---	--	--

- jeweils eine Möglichkeit einen geraden und eine kreisförmigen Tritt anzunehmen
- Taisabaki gata: insgesamt drei verschiedene
- Tegumi mit 3er-Wechsel: Ellbogenstoß und Aufwärtsfauststoße
- Boden: Befreiung mit Karate-Würmchen aus diversen Positionen (Side control bzw. Mount)
- Uke waza 1 - 3

6.Kyū

Gelber Gürtel mit orangefarbenen Streifen

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
<ul style="list-style-type: none">• Ushiro geri und Fumi komi gegen Pratze• jeweils zwei Möglichkeit einen geraden und eine kreisförmigen Tritt anzunehmen• 2 Wurftechniken aus Tegumi• Boden: Befreiung mit Brücke/seitlichem Überrollen gegen Angreifer im Reitsitz• Boden: Befreiung gegen Beinklammer	<ul style="list-style-type: none">• Alle Taisabaki gata• Shiho uke 3 (Abwehr, Tritt und Armkonter)	<ul style="list-style-type: none">• Tegumi: Tegumi: Klebende Hände & „Abhärtung“ (ohne Impakt) mit Uke waza• Uke waza 1 - 6

Vorprüfung zum 5.Kyū

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
<ul style="list-style-type: none">• Taisabaki gata: Eine Anwendung für Techniken aus dem Mittelteil	<ul style="list-style-type: none">• Kaishu waza	<ul style="list-style-type: none">• Taisabaki öyō 1-3• Tegumi 1 – 10• Kaishu waza

5.Kyū

Orangefarbener Gürtel

Kihon <i>Grundlegende Techniken</i>	Hitori gata <i>Allein auszuführende Formen</i>	Futari gata <i>Zu zweit auszuführende Formen</i>
<ul style="list-style-type: none">• Taisabaki gata: Anwendungen für ALLE Techniken aus dem Mittelteil	<ul style="list-style-type: none">• Taisabaki de luxe• Keri waza	<ul style="list-style-type: none">• Keri waza• Tegumi 1 – 12• Taisabaki öyō 1-6