

Prüfungsordnung Shotokan des Deutschen Karate Verbands



mit Richtlinien, Hinweisen und Ergänzungen
für das Karate Dojo TSV Grünwald, Kinder und Jugendliche

Dieses Prüfungsprogramm gehört:

Zu diesem Heft

Der Deutsche Karate Verband DKV legt in seiner Prüfungsordnung Shotokan fest, nach welchen Richtlinien und Kriterien Gürtelprüfungen in der Stilrichtung Shotokan durchgeführt werden, und welche Kenntnisse der Prüfling dabei nachweisen muss.

Darüber hinaus gelten zur Vorbereitung und Durchführung einer Prüfung für die Schüler unseres Dojos zusätzliche Regeln. Wir nutzen damit den Spielraum aus, den die offizielle Prüfungsordnung geschaffen hat um den individuellen Bedürfnissen einer jeden Karateschule gerecht zu werden.

Die Zusammenführung der offiziellen Prüfungsordnung mit unseren weiterführenden Regeln und Ergänzungen in einem Heft soll ein erfolgreiches Vorbereiten auf die Prüfung vereinfachen. Unstimmigkeiten werden wir unverzüglich bereinigen.

Die Prüfungsordnung des DKV hat uneingeschränkte Gültigkeit, darüber hinaus gelten die Richtlinien des Shotokan Karate Do TSV Grünwald sofern sie den Bestimmungen des DKV nicht entgegenstehen oder widersprechen.

Für das Karatetraining der Erwachsenen gelten im TSV Grünwald gelten eigene Regelungen. Auskünfte hierzu geben die verantwortlichen Trainer.

Wir wollen unseren Schülern mit diesem Heft einen Leitfaden zu erfolgreichen Karateprüfungen geben und wünschen viel Erfolg dabei, als auch auf dem weiteren Weg des Karate Do.

Inhaltsverzeichnis

Zu diesem Heft	3
Prüfungsordnung	7
Vorwort des DKV	7
Voraussetzungen	7
Verfahrensordnung des DKV	7
Regelungen zu unserem Kinder- und Jugendtraining	8
Die Prüfung	9
Vorbereitung	9
Während der Prüfung	9
Prüfungsprogramm	11
Grundsätzliches zur Prüfung	11
Abkürzungen	11
Beschreibung der Kumiteformen	12
Grundschkumite (Kihon Kumite)	12
Fortgeschrittene Kumiteformen	13
Freier Kampf (Jiyu Kumite)	14
Die Kyu – Grade	15
Unterstufe	15
9. Kyu – weisser Gürtel	16
8. Kyu – gelber Gürtel	17

7. Kyu – oranger Gürtel	18
Mittelstufe	19
6. Kyu – grüner Gürtel	20
5. Kyu – 1. violetter Gürtel	21
4. Kyu – 2. violetter Gürtel	22
Oberstufe	23
3. Kyu – 1. brauner Gürtel	24
2. Kyu – 2. brauner Gürtel	25
1. Kyu – 3. brauner Gürtel	26
Die Dan – Grade	27
Meistergrade	27
1. Dan – 1. schwarzer Gürtel	28
2. Dan – 2. schwarzer Gürtel	29
3. Dan – 3. schwarzer Gürtel	30
4. Dan – 4. schwarzer Gürtel	30
5. Dan – 5. schwarzer Gürtel	31
6. Dan – 6. schwarzer Gürtel	31
7. Dan – 7. schwarzer Gürtel	31
Checkliste	33
Impressum	35

Prüfungsordnung

Vorwort des DKV

Die Prüfungsordnung gliedert die Trainingsinhalte in der Entwicklung eines Karateka vom Anfänger bis zum Meister und die Prüfungskriterien zu den verschiedenen Schüler- und Meisterprüfungen. Durch langfristiges und beständiges Training soll der Übende, gleichzeitig mit der körperlichen Ausbildung, den verantwortungsbewussten Umgang mit Partnern im Karate erlernen. Dazu dienen die Regeln und Etikette des Karate-Do, die unverzichtbarer Bestandteil des traditionellen Shotokan-Karate wie auch dieser Prüfungsordnung sind.

Die unterschiedlichen Übungsformen von Grundschule, Partnertraining und Kata bieten dem Karateka eine solide Ausgangsbasis für das breite Spektrum des Karate.

Voraussetzungen

Verfahrensordnung des DKV

In seiner Verfahrensordnung legt der DKV die formalen Richtlinien zur Durchführung von Prüfungen fest. Die für den Prüfling relevanten Teile werden hier sinngemäß wiedergegeben, für Details sei auf die Verfahrensordnung verwiesen.

Karatepass

Eine Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung ist ein gültiger Karatepass.

Dazu gehört auch, dass ein aktuelles Passbild eingeklebt ist und der Pass vom Prüfling unterschrieben ist. Weiterhin ist die Vereinszugehörigkeit einzutragen und durch Stempel und Unterschrift eines Berechtigten zu bestätigen. Der Verein trägt auch die Stilrichtung ein, in welcher die Prüfungen abgelegt werden. In unserem Fall ist dies Shotokan.

Für jedes unserer Dojomitglieder wird eine gültige Jahressichtmarke bestellt. Jedes Mitglied hat sie sich eigenverantwortlich bei seinem Karatelehrer abzuholen und in den Karatepass einzukleben.

Vorbereitungszeiten

Zwischen zwei Kyuprüfungen ist eine Vorbereitungszeit von drei Monaten vorgeschrieben, bei Kindern und Schülern bis 14 Jahre sind es fünf Monate.

Danprüfungen

Die Wartezeiten zu den Prüfungen zum 1. bis 4. Dan ist die Nummer des angestrebten Dangrades in Jahren. Zum ersten Dan ist dies ein Jahr, zum vierten Dan vier Jahre.

Zur Prüfung zum ersten Dan ist neben dem Nachweis einer erfolgreichen Teilnahme am „Kampfrichterlehrgang für Dan Anwärter“ (nicht älter als zwei Jahre) erforderlich. Bei der Prüfung zum 1. Dan muss der Prüfling das 16. Lebensjahr vollendet haben, bei der Prüfung zum 2. Dan das 20. Lebensjahr.¹ Danprüfungen müssen mindestens vier Wochen vorher bei der Geschäftsstelle des DKV angemeldet sein.

Für die Voraussetzungen zu Prüfungen zum 5. Dan und höher sei auf die Verfahrensordnung des DKV verwiesen.

Danprüfungen finden grundsätzlich unter Ausschluss der Öffentlichkeit statt.

Regelungen zu unserem Kinder- und Jugendtraining

Um jeden Karateka optimal auf seine Prüfung vorzubereiten haben sich aufgrund unserer Erfahrung die nachfolgenden Bestimmungen als richtig erwiesen:

Zulassung zur Prüfung

Grundsätzlich erfolgt die Zulassung zur Prüfung durch die Karatelehrer. In der Regel findet dazu eine Vorprüfung statt, die den Charakter einer Generalprobe besitzt. Es ist notwendig, dass jeder Karateka schon zur Vorprüfung bestens vorbereitet ist, auch um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten. Der Karatelehrer kann daher bereits die Zulassung zu dieser verweigern, wenn die Prüfungstauglichkeit ganz offensichtlich nicht gegeben ist.

Voraussetzung für eine Zulassung zur Prüfung ist:

- regelmäßige Anwesenheit und aktives Trainieren während der gesamten Vorbereitungszeit
- Motivation, Disziplin und Aufmerksamkeit des Karateschülers
- Respekt, insbesondere gegenüber den Mitschülern und Karatelehrern
- mindestens ausreichende praktische Kenntnisse

¹zu den Regelungen zum Junior-Dan siehe Verfahrensordnung des DKV

Ausschlaggebend für die Zulassung ist ausschließlich die persönliche Leistung des Karateka bei der Vorprüfung, ein grundsätzlicher Anspruch auf Zulassung zur Prüfung besteht nicht. Das Alter und die körperlichen Fähigkeiten des Prüflings werden gemäß den Vorgaben des DKV berücksichtigt.

Eine Prüfung ohne die Erlaubnis eines Karatelehrers unseres Dojos ist nicht möglich. Bei Mißachtung behalten wir uns Konsequenzen vor.

Organisatorisches

Je nach Erfordernis wird an zwei oder drei Terminen im Jahr die Möglichkeit zur Prüfung gegeben. Dies kann durch einen externen Prüfer im Rahmen des Trainings stattfinden, oder auf einem Karatelehrgang an einem Wochenende (ein- oder zweitägig).

Die Vorprüfung findet in der Regel ein bis zwei Wochen vor der eigentlichen Prüfung im Rahmen des Trainings statt.

Ist ein Karateka bei der Vorprüfung oder der Prüfung verhindert, so besteht kein Anspruch auf einen kurzfristigen Ersatztermin.

Die Prüfung

Vorbereitung

Die Vorbereitung auf die Prüfung beginnt drei bis fünf Monate vor der eigentlichen Prüfung. Dazu ist es erforderlich ein- bis zweimal pro Woche intensiv zu trainieren, Stillstand ist Rückschritt!

Wir empfehlen sehr anhand dieses Prüfungsprogramms auch daheim zu trainieren, entweder alleine oder mit Freunden aus dem Dojo. Dazu tauscht man am Besten im Training die Telefonnummern und E-Mailadressen aus. Wer alleine übt, sollte dies vor einem Spiegel tun.

In Absprache mit seinem Karatelehrer stellt jeder Prüfling selbst sicher, dass er alle notwendigen Voraussetzungen erfüllt. Dies sollte bereits zu Beginn der Vorbereitungszeit erfolgen und bis zum Bestehen der Prüfung andauern.

Während der Prüfung

Wer einen Fehler gemacht hat versucht nicht ihn zu korrigieren sondern, macht einfach weiter. Selbstbewusstsein ist ein wesentlicher Bestandteil des Karate, dies drückt sich auch dadurch aus, dass man laut und deutlich redet.

Falsch ist es jedoch einen Fehler oder eine schlechte Technik durch Ausreden zu rechtfertigen, Fehler machen ist absolut Notwendig um sich zu verbessern.

Am Ende jeder Bahn kommt ein lauter und kräftiger Kiai, der Prüfer legt darauf besonderen Wert.

Wer gerade nichts vorführt, steht still und hampelt nicht herum. Insbesondere dann nicht, wenn der Prüfer spricht, er findet das unhöflich.

Prüfungsprogramm

Grundsätzliches zur Prüfung

Der DKV legt für Prüfungen die folgenden Grundsätze fest:

- Kihon
 - Alle Keri-Techniken (Fußtechniken) werden grundsätzlich (wenn nichts anderes vorgeschrieben ist) Jodan ausgeführt. Dabei sind die körperlichen und altersbedingten Gegebenheiten zu berücksichtigen und dadurch Ausführungen in einer anderen Stufe möglich.
 - Armtechniken werden grundsätzlich (wenn nichts anderes vorgeschrieben ist) Chudan ausgeführt.
 - Techniken und Kombinationen werden, wenn nichts anderes vorgeschrieben ist, fünfmal gezeigt.
 - Die Ausführung der Techniken richtet sich grundsätzlich nach dem Buch „Karate-Do“ von M. Nakayama.
- Partnerübungen zum Freikampf
 - Die Angriffe sind jeweils dreimal aus Hidari-Kamae (Ausgangsstellung linkes Bein vorne) und dreimal aus Migi-Kamae (Ausgangsstellung rechtes Bein vorne) auszuführen. Dies soll möglichst aus der Bewegung erfolgen.
 - Der Angreifer muss jedes Mal die Angriffstechnik und -stufe ansagen.
- Sonstiges
 - Das Hinzuziehen eines Kampfrichters beim Jiyu-Kumite darf nur ordnenden Charakter haben, die Punktevergabe steht nicht im Vordergrund.
 - Ausrichter und Prüfer haben für einen würdigen Rahmen bei der Prüfung zu sorgen (Kleidung, ...)

Abkürzungen

Im Prüfungsprogramm werden folgende Abkürzungen verwendet:

ZK Zenkutsu Dachi

KK Kokutsu Dachi
KB Kiba Dachi
NK Neko–Ashi Dachi

Wird bei einer neuen Technik keine andere Stellung angegeben, so gilt die ursprüngliche Stellung weiter.

„/“ bedeutet, dass die nächste Technik ohne Schritt ausgeführt wird.

Beschreibung der Kumiteformen

Die aktuelle Prüfungsordnung des DKV beinhaltet keine Beschreibung der Kumiteformen. Die hier wiedergegebenen Anweisungen sind alten Prüfungsprogrammen entnommen und wurden um eigene Erfahrungen ergänzt.

Grundschulkumite (Kihon Kumite)

Das Kihon–Kumite soll auf sichere Art an das Training mit dem Partner heranführen. Mit Hilfe von bekannten Grundtechniken soll Sicherheit im Angriff und Vertrauen in die eigene Abwehr entwickelt werden.

Ein weiterer grundlegender Aspekt ist Gefühl für den Abstand zu entwickeln. Hat der Karateka im Gohon Kumite noch fünf Abwehrtechniken Zeit um sich für den Gegenangriff die ideale Distanz zu suchen, so sind es beim Sanbon Kumite nur noch drei Abwehrtechniken. Beim Kihon–Ippon Kumite muss die Distanz zum Partner bereits nach der ersten Abwehr stimmen um einen idealen Gegenangriff auszuführen.

Der genau festgelegte Ablauf hilft dabei, Routine und Vertrauen zu entwickeln um sich ganz auf den Angriff, dessen Abwehr und den Gegenangriff zu konzentrieren. Insbesondere Anfänger sollten den Ablauf sehr genau einhalten, um immer wieder die gleiche Ausgangsposition zu erreichen. Andernfalls entsteht eine neue Situation, die eine andere Reaktion erfordert.

Gohon Kumite

- Beide Partner stehen sich im Shizentai gegenüber.
- Gruß im Stand.
- Der Angreifer findet durch Ausstrecken beider Arme mit Fäusten die richtige Distanz in der gewählten Angriffsstufe und nimmt die Ausgangsstellung Zenkutsu Dachi ein, dazu wird der rechte Fuss mit Gedan–Barai zurück gesetzt.
- Ansagen der Angriffsstufe durch den Angreifer.
- Der Verteidiger wiederholt die Angriffsstufe und zeigt damit, dass er verstanden hat.
- Fünfmaliger Angriff, der letzte Angriff wird mit Kiai ausgeführt.

- Der Verteidiger ist fünfmal mit der Abwehr zurückgegangen und kontert mit Kiai.
- Der Verteidiger setzt den hinteren Fuss vor in Shizentai, der Angreifer geht in Shizentai zurück.
- Das gleiche von der anderen Seite und danach beide Partner mit der anderen Angriffsstufe.
- Die Übung wird durch Gruß im Stand beendet.

Sanbon Kumite

Wie das Gohon Kumite, jedoch nur mit drei Angriffen und drei Angriffstufen.

Kihon-Ippon Kumite

- Beide Partner stehen sich im Shizentai gegenüber.
- Gruß im Stand.
- Der Angreifer findet durch Ausstrecken beider Arme mit Fäusten die richtige Distanz in der gewählten Angriffsstufe und nimmt die Ausgangstellung Zenkutsu Dachi rechts bzw. links zurück mit Gedan-Barai ein (Fußangriffe aus Chudan Kamae).
- Ansagen der Angriffsstufe, dann 2 – 3 Sekunden Konzentration.
- Einmaliger Angriff mit Kiai.
- Abwehr und Gegenangriff mit Kiai.
- Nach Zanshin (2 – 3 Sekunden) Rückkehr in Shizentai und erneuter Beginn des Vorgangs.
- Die Übung wird durch Gruß im Stand beendet.

Fortgeschrittene Kumiteformen

Die Karateka haben bereits gelernt auf Anhieb die richtige Distanz zum Partner zu finden, auch aus der Bewegung nach einem Angriff. Das Ausstrecken der Arme zum Abmessen wird nicht mehr benötigt, die Partner stehen sich in Chudan Kamae gegenüber.

Die Angriffe und der Ablauf der Übungen sind noch weitestgehend festgelegt. Lernziele dieser Übungen sind das Reagieren auf die Angriffsimpulse des Partners, das Ausweichen in verschiedene Richtungen sowie das Variieren der Abwehr und des finalen Gegenangriffs. Dabei sollen sinnvolle Kombinationen gezeigt werden, einfache und wirkungsvolle Techniken sollen sicher beherrscht werden.

Die Angriffsstufe oder –technik wird weiterhin angesagt. Der Verteidiger bestätigt, wenn er verstanden hat und zur Abwehr bereit ist. Erst danach darf angegriffen werden.

Kaeshi-Ippon Kumite

- Beide Partner stehen in Zenkutsu Dachi und Chudan Kamae.
- Tori greift mit der ersten Technik an, Uke geht einen Schritt mit der Abwehr zurück.
- Anschliessend greift Uke selbst mit einem ganzen Schritt und einer (neuen) Technik an. Tori geht jetzt mit einer Abwehr zurück und punktet mit einem Gegenangriff.

Jiyu-Ippon Kumite

Das Jiyu-Ippon Kumite ist die letzte Stufe vor dem freien Kampf. Daher hängt die Ausführung davon ab, in wie weit sich der Karateka vom Kihon-Ippon Kumite zum freien Kampf entwickelt hat. Je weniger er ihn beherrscht, desto formaler sollte der Ablauf des Jiyu-Ippon Kumite gezeigt werden.

Grundsätzlich gilt:

- Sinnvolles Bewegen des Angreifers vor dem Angriff ist erwünscht, um sich eine Gelegenheit zum Angriff zu erarbeiten. Dabei muss der Verteidiger Angriffsfläche freigeben.
- Der Verteidiger soll dem Angriff so wenig wie möglich zurückweichen, um dem Angreifer die Einnahme des gewünschten Abstandes zu ermöglichen.
- Der Angriff soll stehengelassen werden, um einen korrekten Gegenangriff zu ermöglichen. Der Gegenangriff muss zurückgeschnappt werden!
- Nach dem Gegenangriff wahren beide Partner Zanshin durch Auseinanderrücken und Einnehmen von Chudan Kamae, bevor sie in die neue Ausgangstellung zurückkehren.
- Der Angreifer soll zeigen dass er den Verteidiger ohne dessen Abwehr ernsthaft gefährdet hätte.
- Der Verteidiger muss dem Angriff standhalten können und hat in seinem Gegenangriff eine hohe Effektivität und ein Höchstmaß an Kontrolle zu zeigen, da der Angreifer den Gegenangriff nicht abwehrt.
- De-Ai Techniken (Kontertechniken, die gleichzeitig mit der Technik des Angreifers ausgeführt werden) sind im Prüfungskumite nicht erwünscht.
- Schwierige Techniken und Kombinationen sollen nur dann gezeigt werden, wenn diese sicher beherrscht werden. Einfacheren Techniken ist der Vorzug zu geben.

Freier Kampf (Jiyu Kumite)

Im Jiyu Kumite der Prüfung soll der Kämpfer demonstrieren, dass er sich mit den gelernten Techniken frei bewegen und diese ohne sich oder den Partner zu gefährden anwenden kann. Dabei ist es unerheblich, wer den Prüfungskampf „gewinnt“, das Hinzuziehen eines Kampfrichters darf in einer Prüfung nur ordnenden Charakter haben.

Sinnvolle Kampfhaltung, richtiges Abstandsgefühl, insbesondere für die ausgeführten Techniken, das Erkennen und Ergreifen von „Gelegenheiten“, die Fähigkeit, einen Punkt zu erreichen, Konditionsstärke und nicht zuletzt Fairness sind Kriterien des Jiyu Kumite.

Die Kyu – Grade

Unterstufe – 9. bis 7. Kyu

Der DKV legt für die Unterstufe folgende Prüf- und Ausbildungsrichtlinien fest:

In der Unterstufe erlernt der Prüfling die Grundform der einzelnen Techniken. Den Abschluss dieser Stufe bildet der 7. Kyu, der den Übergang zur Mittelstufe vorbereiten soll.

Prüfer und Prüfling achten vor allem auf sichere Stände, korrekte Techniken und Ausholbewegungen. Die aufrechte Haltung des Oberkörpers ist ein wichtiges Merkmal. Die Prüflinge zum 7. Kyu müssen bereits gute Ansätze von innerer und äußerer Spannung zeigen.

Im Kumite und im Kumite aus Kamae ist die kontrollierte Ausführung der Techniken und die richtige Distanz beider Partner besonders zu beachten.

In der Kata sind sowohl korrekte Abläufe, die beim 7. Kyu bereits Rhythmus erkennen lassen, als auch ein Verständnis der Hintergründe der Techniken in der Kata gefordert.

Die Selbstverteidigung ist ein natürlicher Bestandteil des Karate. Das Erlernen der Kampfkunst soll den Karateka zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung befähigen. Dieses Lernziel muss bei der Ausbildung berücksichtigt werden, wird jedoch nicht als zu prüfender Teil in die Prüfungsordnung aufgenommen.

9. Kyu weisser Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Oi-Zuki
2. ZK vorwärts Gyaku-Zuki
3. ZK vorwärts Age-Uke
4. ZK vorwärts Soto-Ude-Uke
5. ZK vorwärts Gedan-Barai
6. ZK vorwärts Mae-Geri Chudan (aus Chudan Kamae)

Kata

Taikyoku Shodan

Kumite

Gohon Kumite

	Tori (Angreifer)	Uke (Verteidiger)
Ausgangsstellung	ZK links vorne	Shizentai
1. Bewegung	rechts vor	<u>links</u> zurück
Ablauf	1. Oi-Zuki Jodan (5x, vorwärts)	Age-Uke (5x, rückwärts), nach dem 5. Angriff: Gegenangriff mit Gyaku-Zuki Chudan
	2. Oi-Zuki Chudan (5x, vorwärts)	Soto-Ude-Uke (5x, rückwärts), nach dem 5. Angriff: Gegenangriff mit Gyaku-Zuki Chudan

Wichtig: Der Verteidiger geht zuerst mit dem *linken* Bein zurück.

8. Kyu gelber Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Oi-Zuki
2. ZK vorwärts Gyaku-Zuki
3. ZK rückwärts Age-Uke
4. ZK vorwärts Uchi-Ude-Uke
5. ZK rückwärts Soto-Ude-Uke
6. ZK vorwärts Gedan-Barai
7. KK vorwärts Shuto-Uke
8. ZK vorwärts Mae-Geri Jodan
9. KB seitwärts Yoko-Geri Kekomi (3x links, 3x rechts, jeweils mit Übersetzungsschritt)

Kata

Heian Shodan

Kumite

Gohon Kumite

	Tori (Angreifer)	Uke (Verteidiger)
Ausgangsstellung	ZK links vorne	Shizentai
1. Bewegung	rechts vor	<u>rechts</u> zurück
Ablauf	1. Oi-Zuki Jodan (5x, vorwärts)	Age-Uke (5x, rückwärts), nach dem 5. Angriff: Gegenangriff mit Gyaku-Zuki Chudan
	2. Oi-Zuki Chudan (5x, vorwärts)	Soto-Ude-Uke (5x, rückwärts), nach dem 5. Angriff: Gegenangriff mit Gyaku-Zuki Chudan

Wichtig: Der Verteidiger geht zuerst mit dem *rechten* Bein zurück.

7. Kyu oranger Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Oi-Zuki
2. ZK vorwärts Sanbon-Zuki
3. ZK rückwärts Age-Uke
4. ZK vorwärts Soto-Ude-Uke
5. KK rückwärts Gedan Nagashi-Uke
6. ZK vorwärts Uchi-Ude-Uke
7. KK vorwärts Shuto-Uke
8. ZK vorwärts Mae-Geri (aus Chudan Kamae)
9. ZK vorwärts Mawashi-Geri
10. KB seitwärts Yoko-Geri Kekomi (3x links, 3x rechts, jeweils mit Übersetzschrift)

Kata

Heian Nidan

Kumite

Sanbon Kumite

	Tori	Uke
Ausgangsstellung	ZK links vorne	Shizentai
1. Bewegung	rechts vor	<u>links</u> zurück
Ablauf	1. Oi-Zuki Jodan (3x, vorwärts)	Age-Uke (3x, rückwärts), nach dem 3. Angriff: Gegenangriff mit Gyaku-Zuki Chudan
	2. Oi-Zuki Chudan (3x, vorwärts)	Soto-Ude-Uke (3x, rückwärts), nach dem 3. Angriff: Gegenangriff mit Gyaku-Zuki Chudan
	3. Mae-Geri Chudan (3x, vorwärts)	Nagashi-Uke (3x, rückwärts), nach dem 3. Angriff: Gegenangriff mit Gyaku-Zuki Chudan

Wichtig: Der Verteidiger geht zuerst mit dem *linken* Bein zurück.

Mittelstufe – 6. bis 4. Kyu

Der DKV legt für die Mittelstufe folgende Prüf- und Ausbildungsrichtlinien fest:

Die Grundtechniken, die jetzt häufig in Kombination gezeigt werden, sollen sich von der Grundform zur Feinform entwickeln.

Bei der Ausführung der Kombinationen ist wichtig, dass sich die Qualität der Einzeltechnik nicht verschlechtern darf. Besonderer Wert wird auf folgende Merkmale gelegt:

- Bewegungsrhythmus
- bewusster Hüfteinsatz
- Standfestigkeit
- Atemtechnik
- Kime

Im Kumite und Kumite aus Kamae müssen sich die technischen Fertigkeiten in Bewegungsvielfalt, Kampfgeist und Kontrolle ausdrücken. Der Respekt vor der Gesundheit des Partners ist einer der Eckpfeiler des fortgeschrittenen Karateka!

In der Kata soll sich das fortgeschrittene Können des Prüflings sowohl im Verständnis (Bunkai) als auch in der Flüssigkeit (Rhythmus) des Vortrags zeigen. Alle bis zu der jeweiligen Graduierung erlernten Kata gehören mit zum Prüfungsstoff.

6. Kyu grüner Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Sanbon-Zuki
2. ZK rückwärts Age-Uke/ Gyaku-Zuki
3. ZK vorwärts Yoko-Uraken Jodan (aus Chudan Kamae, mit zurückschnappen)
4. ZK vorwärts Uchi-Ude-Uke/ Kizami-Zuki/ Gyaku-Zuki
5. KK rückwärts Shuto-Uke/ Gyaku-Tate-Nukite (ZK)
6. ZK vorwärts Mae-Geri Jodan
7. ZK vorwärts Mawashi-Geri
8. ZK vorwärts Yoko-Geri Kekomi
9. KB seitwärts Yoko-Geri Keage (3x rechts, 3x links, jeweils mit Übersetzungsschritt)

Kata

Heian Sandan

Kumite

Kihon-Ippon Kumite

	Tori	Uke
Ausgangsstellung	ZK, 1x links und 1x rechts vorne	Shizentai
1. Bewegung	rechts vor	jeweils nach Angabe
Ablauf	1. Oi-Zuki Jodan (vorwärts)	Age-Uke (1x rechts und 1x links zurück), Gegenangriff jeweils Gyaku-Zuki Chudan
	2. Oi-Zuki Chudan (vorwärts)	Soto-Ude-Uke (1x rechts und 1x links zurück), Gegenangriff jeweils Gyaku-Zuki Chudan
	3. Mae-Geri Chudan (vorwärts)	Abwehr immer mit dem linken Arm: 1x Gedan-Barai 45° rechts zurück (ZK), 1x Nagashi-Uke 45° rechts zurück (KK), Gegenangriff jeweils Gyaku-Zuki Chudan

Partnerübung zum Freikampf

	Tori	Uke
Ausgangsstellung	gleichseitig, beide links oder rechts vorne	
1. Bewegung	Suri-Ashi vorwärts in ZK	Suri-Ashi rückwärts in KK
Ablauf	Kizami-Zuki Jodan	Te-Nagashi-Uke, Gegenangriff Gyaku-Zuki Chudan

5. Kyu 1. violetter Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Ren-Zuki (Jodan/ Chudan)
2. ZK rückwärts Age-Uke/ Gyaku-Zuki
3. ZK vorwärts Soto-Ude-Uke/ Gyaku-Mae-Empi
4. KK rückwärts Morote-Uchi-Ude-Uke/ Gyaku-Zuki (ZK)
5. KK vorwärts Shuto-Uke/ Gyaku-Shuto-Uchi Jodan (ZK)
6. ZK vorwärts Mae-Geri/ Oi-Zuki (beim Absetzen)
7. ZK vorwärts Mawashi-Geri/ Gyaku-Zuki
8. KB seitwärts Yoko-Geri Keage (übersetzen)/ Yoko-Geri Kekomi (Drehung)
(3x zu beiden Seiten)

Kata

Heian Yondan

Heian Shodan bis Heian Sandan können nach Wahl des Prüfers geprüft werden.

Kumite

Kaeshi-Ippon Kumite

	Tori	Uke
Ausgangsstellung	ZK in Kamae, jeweils 1x links und 1x rechts vorne	
1. Bewegung	Schritt rechts vor	frei
Ablauf	a) Oi-Zuki Jodan (vorwärts) b) Abwehr Age-Uke (zurück) c) Konter Gyaku-Zuki Chudan	a) Age-Uke (zurück), danach b) Angriff Oi-Zuki Jodan (vorwärts)
	a) Oi-Zuki Chudan (vorwärts) b) Abwehr Soto-Ude-Uke (zurück) c) Konter Gyaku-Zuki Chudan	a) Soto-Ude-Uke (zurück), danach b) Angriff Oi-Zuki Chudan (vorwärts)
	a) Mae-Geri Chudan (vorwärts) b) Abwehr Nagashi-Uke (zurück) c) Konter Gyaku-Zuki Chudan	a) Nagashi-Uke (zurück), danach b) Angriff Mae-Geri Chudan (vorwärts)

Partnerübung zum Freikampf

Die Angriffe sind jeweils dreimal aus Hidari-Kamae (Ausgangsstellung linkes Bein vorne) und dreimal aus Migi-Kamae (Ausgangsstellung rechtes Bein vorne) auszuführen.

	Tori	Uke
Ausgangsstellung	gleichseitig, beide links oder rechts vorne	
1. Bewegung	Suri-Ashi vorwärts in ZK	Sabaki rückwärts mit Suri-Ashi 45° in KK
Ablauf	Gyaku-Zuki Jodan	Soto-Ude-Uke Gegenangriff mit Gyaku-Zuki Chudan oder Uraken Jodan

4. Kyu 2. violetter Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Ren-Zuki (Jodan/ Chudan)
2. ZK vorwärts Sanbon-Zuki
3. ZK rückwärts Age-Uke/ Mae-Geri (hinten absetzen)/ Gyaku-Zuki
4. ZK vorwärts Soto-Ude-Uke/ Yoko-Empi (KB)/ Yoko-Uraken Jodan
5. KK rückwärts Morote-Uchi-Ude-Uke/ Kizami-Zuki Jodan (ZK)/ Gyaku-Zuki
6. KK vorwärts Shuto-Uke/ Mae-Ashi-Geri (vorderes Bein)/ Gyaku-Tate-Nukite (ZK)
7. ZK vorwärts Mae-Geri (hinten absetzen)/ Mawashi-Geri
8. ZK vorwärts Ushiro-Geri (ohne Umsetzen)
9. KB seitwärts Yoko-Geri Keage (übersetzen)/ Yoko-Geri Kekomi (Drehung)
(3x zu beiden Seiten)

Kata

Heian Godan

Heian Shodan bis Heian Yondan können nach Wahl des Prüfers geprüft werden.

Kumite

Kaeshi-Ippon Kumite

	Tori	Uke
Ausgangstellung	Kamae, 1x links und 1x rechts vorne	
1. Bewegung	rechts vor	frei, z.B. zur Seite
Ablauf	a) Oi-Zuki Jodan (vorwärts) b) Abwehr Soto-Ude-Uke (zurück) c) Konter Gyaku-Zuki	a) Age-Uke (zurück), danach b) Angriff Oi-Zuki Chudan (vorwärts)
	a) Oi-Zuki Chudan (vorwärts) b) Abwehr Nagashi-Uke (zurück) c) Konter Gyaku-Zuki	a) Soto-Ude-Uke (zurück), danach b) Angriff Mae-Geri Chudan (vorwärts)
	a) Mae-Geri Chudan (vorwärts) b) Abwehr Age-Uke (zurück) c) Konter Gyaku-Zuki	a) Gedan-Barai <i>oder</i> Nagashi-Uke (zurück), danach b) Angriff Oi-Zuki Jodan (vorwärts)

Partnerübung zum Freikampf

	Tori	Uke
Ausgangstellung	gleichseitig, beide links oder rechts vorne	
1. Bewegung	Suri-Ashi vorwärts	Sabaki rückwärts 45° in KK
Ablauf	Mae-Mawashi-Geri Jodan oder Chudan	Te-Nagashi-Uke Gegenangriff Gyaku-Zuki oder Uraken Jodan

Oberstufe – 3. bis 1. Kyu

Der DKV legt für die Oberstufe folgende Prüf- und Ausbildungsrichtlinien fest:

Die Grundschule der Oberstufe zeichnet sich durch eine Vielzahl schwieriger Kombinationen aus. Dabei sind Qualität in den Einzeltechniken, Rhythmus in den Verbindungen, Standfestigkeit und nicht zuletzt Ausdauer zu zeigen. Sie spiegelt den Fleiß und die Intensität des Trainings wieder.

Im Kumite wird sowohl das Jiyu-Ippon Kumite, als auch der freie Kampf (Jiyu Kumite) geprüft. Beides stellt höchste Anforderungen an den Prüfling. Nur wer exakte Technik mit Kampfgeist und Kontrolle paart, erfüllt die hier gesetzten Anforderungen. Sieg oder Niederlage ist beim Jiyu Kumite nicht prüfungsentscheidend.

In Kata und im Bunkai muss der Prüfling ein fortgeschrittenes Verständnis des Zusammenhangs von Kata und sinnvollen Anwendungen zeigen können. Alle bis zur jeweiligen Graduierung erlernten Kata gehören in den Oberstufe selbstverständlich mit zum Prüfungsstoff.

3. Kyu 1. brauner Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Ren-Zuki (Jodan/ Chudan)
2. ZK rückwärts Age-Uke/ Mae-Geri (hinten absetzen)/ Gedan-Barai/ Gyaku-Zuki
3. ZK vorwärts Oi-Zuki Jodan, zurück mit Gedan-Barai, vor mit Oi-Zuki Chudan
4. KK rückwärts Morote-Uchi-Ude-Uke/ Shuto-Uchi Jodan (ZK, vorderer Arm)/ Gyaku-Zuki
5. ZK vorwärts Soto-Ude-Uke/ Yoko-Empi (KB)/ Yoko-Uraken Jodan/ Gyaku-Zuki (ZK)
6. KK rückwärts Shuto-Uke/ Yoko-Geri Kekomi (vorderes Bein)/ Gyaku-Tate-Nukite (ZK)
7. ZK vorwärts Mae-Ashi-Geri/ Mawashi-Geri
8. ZK vorwärts Ushiro-Geri
9. ZK vorwärts Yoko-Geri Kekomi/ Gyaku-Mae-Empi

Kata

Tekki Shodan

Heian Shodan bis Heian Godan können nach Wahl des Prüfers geprüft werden.

Bunkai Kenntnis der Anwendung aller Techniken der Heian Godan.

Praktische Demonstration *eines* Ablaufes (mehrere Techniken) der Heian Godan nach Wahl des Prüflings.

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite Alle Angriffe jeweils zweimal.

	Tori	Uke
Ausgangstellung	freie Seitenwahl aus Kamae	
1. Bewegung	Schritt vor	frei
Ablauf	1. Oi-Zuki Jodan (vorwärts)	Abwehr und Gegenangriff sind frei. Es ist Suri-Ashi (Gleitbewegung) und Kai-Ashi (Schritt) zu zeigen. Der Gegenangriff wird zu Chudan Kamae zurückgeschnappt.
	2. Oi-Zuki Chudan (vorwärts)	
	3. Mae-Geri Chudan (vorwärts)	
	4. Ushiro-Geri Chudan (vorwärts)	

Partnerübung zum Freikampf

	Tori	Uke
Ausgangstellung	gleichseitig, beide links oder rechts vorne	
1. Bewegung	Suri-Ashi (vorwärts)	Suri-Ashi
Ablauf	Kizami-Zuki Jodan	De-Ai mit Te-Nagashi-Uke und Gyaku-Zuki Chudan
	seitenverkehrte Ausgangstellung	
	Uraken-Jodan	De-Ai mit Te-Nagashi-Uke und Gyaku-Zuki Chudan

2. Kyu 2. brauner Gürtel**Kihon**

1. ZK vorwärts Sanbon-Zuki
2. ZK rückwärts Age-Uke/ Soto-Ude-Uke (mit dem gleichen Arm)/ Gyaku-Zuki
3. ZK vorwärts Oi-Zuki Jodan/ zurück mit Gedan-Barai/
vor mit Ren-Zuki (Jodan/ Chudan)
4. KK rückwärts Shuto-Uke/ Shuto-Uchi (ZK, vorderer Arm)/ Gyaku-Haito-Uchi Jodan
ab 5. aus Chudan Kamae
5. ZK vorwärts Mae-Geri/ Mawashi-Geri (gleiches Bein)/ Gyaku-Zuki
6. ZK vorwärts Ushiro-Geri/ Gyaku-Zuki Chudan
7. ZK vorwärts Ura-Mawashi-Geri/ Gyaku-Zuki, *oder nach eigener Wahl:*
Ashi-Barai/ Gyaku-Zuki
8. KB seitwärts Yoko-Geri Keage (gleiches Bein, ohne Absetzen)/ Yoko-Geri Kekomi
(3x zu beiden Seiten)

Kata

Bassai Dai

Heian Shodan bis Heian Godan und Tekki Shodan können nach Wahl des Prüfers geprüft werden.

Bunkai Kenntnis der Anwendung aller Techniken der Bassai Dai.

Praktische Demonstration eines Ablaufes mit Partner *nach Angabe des Prüfers.***Kumite**

Jiyu-Ippon Kumite Alle Angriffe jeweils zweimal.

	Tori	Uke
Ausgangstellung	freie Seitenwahl aus Kamae	
1. Bewegung	Suri-Ashi	frei
Ablauf	1. Kizami-Zuki Jodan (vorwärts)	Abwehr und Gegenangriff sind frei.
	2. Oi-Zuki Chudan (vorwärts)	Es ist Suri-Ashi (Gleitbewegung) und Kai-Ashi (Schritt) zu zeigen.
	3. Mae-Geri Chudan (vorwärts)	Der Gegenangriff wird zu Chudan Kamae zurückgeschnappt.
	4. Mawashi-Geri Chudan oder Jodan (vorwärts), mit dem vorderen oder hinteren Bein (ohne Ansage des Beins)	<i>Es sind auch Fußtechniken zu zeigen!</i>
	5. Ushiro-Geri Chudan (vorwärts)	

Jiyu Kumite

1. Kyu 3. brauner Gürtel

Kihon

aus Chudan Kamae

1. ZK vorwärts Kizami-Zuki, vor mit Ren-Zuki (Jodan/ Chudan)
2. ZK vorwärts Oi-Zuki/ (vorderes Bein zurück in NK) Te-Otoshi-Uke/
Mae-Ashi-Geri/ Gyaku-Zuki (ZK)
3. KK rückwärts Uchi-Ude-Uke/ Yoko-Geri Kekomi (vorderes Bein)/ Gyaku-Zuki (ZK)
4. ZK vorwärts Shuto-Uchi (von innen)/ Mae-Geri (hinten absetzen)/
Gyaku-Haito-Uchi Jodan
5. ZK vorwärts Ushiro-Geri/ Yoko-Uraken-Uchi Jodan/ Gyaku-Zuki
6. ZK vorwärts Mae-Mawashi-Geri/ Ura-Mawashi-Geri, *oder nach eigener Wahl:*
Mae-Mawashi-Geri, vor mit Ashi-Barai/ Gyaku-Zuki
7. ZK vorwärts Mae-Geri, vor mit Mawashi-Geri, vor mit Ushiro-Geri (2x je Richtung)
8. KB seitwärts Yoko-Geri Keage (ohne Absetzen, gleiches Bein)/ Yoko-Geri Kekomi
9. ZK vorwärts Ashi-Barai/ Uraken-Uchi Jodan/ Gyaku-Zuki

Kata

Tokui Kata Wahl aus Jion, Kanku Dai, Empi, Hangetsu, *nicht Bassai Dai*.
Heian Shodan bis Heian Godan, Tekki Shodan und Bassai Dai können nach Wahl des Prüfers geprüft werden.

Bunkai Kenntnis der Anwendung aller Techniken der Tokui Kata.
Praktische Demonstration eines Ablaufes mit Partner nach Angabe des Prüfers.

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite Alle Angriffe 1x rechts und 1x links.

	Tori	Uke
Ausgangstellung	freie Seitenwahl aus Kamae	
1. Bewegung	Schritt vor	frei
Ablauf	1. Oi-Zuki Jodan (vorwärts)	Abwehr und Gegenangriff sind frei.
	2. Oi-Zuki Chudan (vorwärts)	Es ist Suri-Ashi (Gleitbewegung) und Kai-Ashi (Schritt) zu zeigen.
	3. Mae-Geri Chudan (vorwärts)	Der Gegenangriff wird zu Chudan Kamae zurückgeschnappt.
	4. Mawashi-Geri Chudan oder Jodan (vorwärts) mit dem vorderen oder hinteren Bein (ohne Ansage des Beins)	<i>Es sind auch Fußtechniken zu zeigen!</i>
	5. Ushiro-Geri Chudan (vorwärts)	

Jiyu Kumite

Die Dan – Grade

Meistergrade

Der DKV legt für die Meistergrade folgende Prüf- und Ausbildungsrichtlinien fest:

Dan sein heißt, Vorbild sein!

Bezogen auf die innere Reife, die sich auch in den Techniken ausdrückt, führt der Prüfling seine Ausbildung fort. Erlaubt der Prüfer eine Graduierung ohne diese Reife, dient dies weder dem Prüfling noch dem Karate.

In allen Prüfungsteilen muss der Prüfling eine vorbildliche Haltung und Ausführung zeigen können, um sich als Meister gegenüber den Schülern deutlich zu unterscheiden.

Dies drückt sich auch in dem schwindenden Anteil praktischer Prüfungsteile der höheren Dan-Grade aus.

1. Dan 1. schwarzer Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Oi-Zuki
2. ZK vorwärts Sanbon-Zuki
3. ZK vorwärts Ren-Zuki (Jodan/ Chudan), zurück mit Age-Uke/ Gyaku-Zuki, vor mit Uraken/ Gyaku-Zuki
4. ZK vorwärts Ren-Zuki (Jodan/ Chudan), zurück mit Morote-Uchi-Uke (KK)/ Gyaku-Zuki (ZK), vor mit Oi-Zuki Chudan
5. ZK vorwärts Mae-Geri/ Ren-Zuki (Jodan/ Chudan)
6. ZK vorwärts Mawashi-Geri/ Yoko-Geri Kekomi (gleiches Bein)/ Gyaku-Zuki
7. ZK vorwärts Kizami-Zuki/ Ushiro-Geri/ Gyaku-Zuki
8. KB seitwärts Yoko-Geri Keage (übersetzen)/ Yoko-Geri Kekomi (aus der Drehung)
9. ZK vorwärts Gyaku-Zuki (im Stand), Ura-Mawashi-Geri/ Gyaku-Zuki, *oder nach eigener Wahl: Gyaku-Zuki (im Stand), Ashi-Barai/ Gyaku-Zuki*
10. ZK vorwärts Ashi-Barai (vorderer Fuß)/ Yoko-Uraken Jodan/ Gyaku-Zuki, vor mit Mawashi-Geri/ Gyaku-Zuki

Kata

Tokui Kata Freie Wahl, *nicht die Prüfungskata zum 1. Kyu.*

Shitei Kata aus den Heian Kata, Tekki Shodan, Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Empi, Hangetsu

Bunkai Kenntnis der Anwendung aller Techniken der Tokui Kata.

Praktische Demonstration eines Ablaufes mit Partner nach Angabe des Prüfers.

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite Alle Angriffe 1x rechts und 1x links.

	Tori	Uke
Ausgangstellung	freie Seitenwahl aus Kamae	
1. Bewegung	Schritt vor	frei
Ablauf	1. Oi-Zuki Jodan (vorwärts)	Abwehr und Gegenangriff sind frei.
	2. Oi-Zuki Chudan (vorwärts)	Es ist Suri-Ashi (Gleitbewegung) und Kai-Ashi (Schritt) zu zeigen.
	3. Mae-Geri Chudan (vorwärts)	Der Gegenangriff wird zu Chudan Kamae zurückgeschnappt.
	4. Mawashi-Geri Chudan oder Jodan (vorwärts) mit dem vorderen oder hinteren Bein (ohne Ansage des Beins)	<i>Es sind auch Fußtechniken zu zeigen!</i>
	5. Ushiro-Geri Chudan (vorwärts)	

Jiyu Kumite

2. Dan 2. schwarzer Gürtel

Kihon

1. ZK vorwärts Kizami-Zuki/ Sanbon-Zuki
2. ZK vorwärts Ren-Zuki (Jodan/ Chudan), zurück mit Age-Uke/
Mae-Geri (hinten absetzen)/ Gyaku-Zuki, vor mit Gyaku-Zuki
3. ZK vorwärts Uchi-Ude-Uke/ Kizami-Zuki/ Gyaku-Zuki (KK),
zurück mit Shuto-Uke (KK), vor mit Ushiro-Geri (ZK)/ Uraken/
Gyaku-Zuki
4. ZK vorwärts Mae-Geri/ Ren-Zuki (Jodan/ Chudan)
5. ZK vorwärts Mae-Geri/ Mawashi-Geri (mit gleichem Bein)/ Uraken/ Gyaku-Zuki
6. ZK vorwärts Mae-Mawashi-Geri/ Ura-Mawashi-Geri/ Gyaku-Zuki,
oder nach eigener Wahl: Mae-Mawashi-Geri/ Ushiro-Geri/ Gyaku-Zuki
7. KB seitwärts Yoko-Geri Keage (übersetzen)/ Yoko-Geri-Kekomi (aus der Drehung)
8. und 9. *nach Angabe der Prüfer*

Kata

Tokui-Kata Freie Wahl, *nicht eine bisher gezeigte.*

Shitei Kata Kanku Sho, Nijushiho, Tekki Nidan, Jiin, Bassai Dai, Empi

Bunkai Kenntnis der Anwendung aller Techniken der Tokui-Kata.

Praktische Demonstration eines Ablaufes mit Partner nach Angaber des Prüfers.

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite Alle Angriffe 1x rechts und 1x links.

	Tori	Uke
Ausgangstellung	freie Seitenwahl aus Kamae	
1. Bewegung	Schritt vor	frei
Ablauf	1. Oi-Zuki Jodan (vorwärts)	Abwehr und Gegenangriff sind frei.
	2. Oi-Zuki Chudan (vorwärts)	Es ist Suri-Ashi (Gleitbewegung) und
	3. Mae-Geri Chudan (vorwärts)	Kai-Ashi (Schritt) zu zeigen.
	4. Mawashi-Geri Chudan oder Jodan (vorwärts) mit dem vorderen oder hinteren Bein (ohne Ansage des Beins)	Der Gegenangriff wird zu Chudan Kamae zurückgeschnappt. <i>Es sind auch Fußtechniken zu zeigen!</i>
	5. Ushiro-Geri Chudan (vorwärts)	

Jiyu Kumite

3. Dan 3. schwarzer Gürtel**Kihon**

- 1. bis 4. Techniken nach Ansage des Prüflings
Dem Prüfling soll dadurch die Gelegenheit gegeben werden, Techniken selbst zu wählen, die seine Stärken innerhalb des Grundsulprogramms für den 3. Dan zeigen.
- 5. bis 7. Überprüfung aus dem gesamten Programm bis 2. Dan
- 8. bis 9. nach Wahl und Ansage der Prüfer

Kata

- Tokui Kata Freie Wahl, *nicht eine bisher gezeigte*.
- Shitei Kata Sochin, Bassai Sho, Gojushiho Sho, Jitte, Kanku Dai, Gangaku.
- Bunkai Erklären des Ablaufes der gewählten Kata nach Angabe der Prüfer.

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite
Nach Wahl und Ansage der Prüfer.

Jiyu Kumite

4. Dan 4. schwarzer Gürtel**Kihon**

- 1. bis 4. Techniken nach Ansage des Prüflings
- 5. bis 8. nach Wahl und Ansage der Prüfer

Kata

- Tokui Kata Freie Wahl, *nicht eine bisher gezeigte*.
- Shitei Kata Unsu, Gojushiho Dai, Meikyo, Chinte, Jiin, Gangaku.
- Bunkai Erklären des Ablaufes der gewählten Kata nach Angabe der Prüfer.
Fragen zu einzelnen Bewegungen einer vom Prüfling gezeigten Kata.

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite
Nach Wahl und Ansage der Prüfer.

Jiyu Kumite

5. Dan 5. schwarzer Gürtel

Kihon

- 1. bis 4. Techniken nach Ansage des Prüflings
- 5. bis 8. nach Wahl und Ansage der Prüfer

Kata

- Tokui Kata Freie Wahl, *nicht eine bisher gezeigte*.
- Shitei Kata Tekki Sandan, Bassai Sho, Sochin, Meikyo, Jitte, Wankan.
- Bunkai Erklären des Ablaufes der gewählten Kata nach Angabe der Prüfer.
Fragen zu einzelnen Bewegungen einer vom Prüfling gezeigten Kata.

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite
Nach Wahl und Ansage der Prüfer.

Jiyu Kumite

6. Dan 6. schwarzer Gürtel

Kihon

4 Techniken nach Wahl des Prüfers.

Kata

- Tokui Kata Es sind zwei Kata nach eigener Wahl zu zeigen.
- Bunkai Erklären des gesamten Ablaufes der vorgeführten Kata.

Kumite

Formen nach Wahl des Prüflings.

7. Dan 7. schwarzer Gürtel

Kata

- Tokui Kata Es sind zwei Kata nach eigener Wahl zu zeigen.
- Bunkai Nach Wahl des Prüflings.

Checkliste

Nach der Zulassung zur Prüfung soll diese Checkliste dabei helfen, dass alle Formalitäten eingehalten werden können.

- Karatepaß mit gültiger Jahressichtmarke
- Prüfungsgebühr 12,00 €²
- pünktliches und ordentliches Erscheinen
 - gewaschen, geschnittene Fuß- und Fingernägel
 - sauberer Karate Anzug
 - ordentlich gebundener Karate Gürtel, auf keinen Fall schon den Neuen anziehen
- bei auswärtigen Prüfungen, z. B. auf einem Lehrgang
 - Erlaubnis des Trainers bzw. des Heimatdojos
 - Eintragen in die dort ausliegenden Prüfungslisten, eventuelle Anmeldefristen beachten
 - eventuell Lehrgangsgebühr
 - eventuell weitere Prüfungsgebühr (siehe die jeweilige Ausschreibung)
 - Brotzeit und ausreichend Getränke
 - Prüfungsmarke und Urkunde sind vom ausrichtenden Verein bereit zu halten
- neuer Karate Gürtel, oder entsprechend Geld dafür

²Stand 1.1.2009

Impressum

Redaktion und Gestaltung Max Obermaier
Vereinslogo und Korrektur Christian Killer

Das Prüfungsprogramm entspricht der Prüfungsordnung Shotokan des Deutschen Karate Verbands DKV vom 18.4.1998, mit den Änderungen vom 18.11.2000, 17.11.2001, 1.12.2002 und 1.8.2004.

Die Prüfungsrichtlinien beinhalten relevante Teile der Verfahrensordnung des DKV vom 18.11.2000, mit den Änderung vom 17.11.2001, 26.10.2002, 8.11.2003, 30.10.2004, 29.10.2005, 28.10.2006 und 1.1.2008.

Das Urheberrecht der Prüfungsordnung Shotokan sowie der Verfahrensordnung liegen beim DKV, der Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung. Die Originale können über die Internetseite <http://www.karate-dkv.de/> kostenfrei heruntergeladen werden.

Das Urheberrecht der anderen Teile liegt beim Shotokan Karate Do TSV Grünwald.

Im Zweifel haben die Schriften des DKV Vorrang, Unstimmigkeiten und Widersprüche bitten wir uns zur Zügigen Klärung mitzuteilen.