



Prüfungsprogramm Karate Kampfkunst



2. Dan

Vorbereitung:

Wartezeit 2 Jahre, beginnend mit der Prüfung zum 1. Dan.
Einreichung der selbsterstellten Kata in grafischer Form.
Erläuterung und grafische Darstellung der Katabunkai.
Teilnahme als Beisitzer für Kyu-Prüfungen innerhalb der letzten 12 Monate.

Kihon – Grundtechniken und Kombinationen (letzte Technik mit Kiai)

Kombination 1 (1 x li/re)

Beginn Kamae
Sanbon Zuki, Mawashi Geri, Uraken Uchi, Gyaku Zuki (1 x li/re)

Kombination 2 (1 x li/re)

Beginn Kamae
Soto Uke, Kizami Mae Geri, Yoko Geri, Ushiro Geri, Haito Uchi, Gyaku Shuto Uchi, Gedan Uke, Ura Mawashi Geri, Uraken Uchi, Gyaku Zuki, Kizami Zuki, Oi Zuki

Kombination 3 (1 x li/re)

Beginn Kamae
Wahl der Kombination und Umfang wird von der Prüfungskommission festgelegt.
(max. 6 Techniken)

Makiwara Techniken (die Techniken sollten gegen einen Medizinball geführt werden)

Zuki (Oi, Kizami, Gyaku, Mawashi, Kagi, Ura) (2 x li/re)
Uchi (Uraken, Shuto, Hiji) (2 x li/re)
Geri (Mae, Yoko, Mawashi, Ura Mawashi, Ushiro) (2 x li/re)

Kata

- 1.) Kata von 20 Kombinationen (mind. 40 Techniken) (10 x Bunkai)
- 2.) Heian Nidan (von der letzten zur ersten Technik)
- 3.) Tekki Nidan (2xBunkai)
- 4.) Tekki Sandan (2xBunkai)
- 5.) Kushanku (Itosu oder Kuniyoshi) (2xBunkai)
- 6.) Jion (2xBunkai)
- 7.) Empi (2xBunkai)
- 8.) Hangetsu (2xBunkai)
- 9.) Seishan
- 10.) eine aus Pinan Shodan, Pinan Nidan, Pinan Sandan, Pinan Yondan, Pinan Godan

Kumite Kata Azato

Technik 1 - 23