



Allgemeines

Bei vielen Kindern zwischen 8 und 12 Jahren dauert es bis zu zwei Jahren, bis sie ihre erste Prüfung machen können. Deshalb haben wir uns dazu entschieden alle Kinder im Alter von 8-12 extra und mit einem eigenen vereinfachten Prüfungsprogramm zu prüfen. Dies gilt für alle Kinder dieser Alterstufe, die noch nicht den 6.Kyu haben. Um die Prüfungen etwas zu vereinfachen, haben wir uns entschieden, Zwischenprüfungen und -graduierungen einzuführen. Wenn das Kind dann alt oder weit genug ist, verliert es seinen Stand nicht. Es handelt sich nicht um eigene Kindergraduierungen, sondern um Zwischenprüfungen, die auf das Erwachsenenprogramm hinführen sollen.

Prüfungsprogramm 10. Kyu (weißer Gürtel, ein schwarzer Streifen) //

Kihon

1. Vor mit chûdan oi zuki (Zk), wd. - vor mit jôdan oi zuki (Zk)
2. Vor mit age uke (Zk), wd. - vor mit gedan barai (Zk)

Kumite

1. Gohon kumite (age uke)s

Ukemi

1. Mae ukemi (Falltechnik nach vorne)

Prüfungsprogramm 9½. Kyu (weißer Gürtel, zwei schwarze Streifen) //

Kihon

1. Vor mit chûdan oi zuki (Zk), wd. - vor mit jôdan oi zuki (Zk)
2. Rückwärts mit age uke (Zk), wd. - rückwärts mit gedan barai
3. Aus yôï shizentai: chûdan choku zuki

Kumite

1. Gohon kumite (mit age uke, gedan barai)

Ukemi

1. Mae ukemi
2. Ushiro ukemi



Prüfungsprogramm 9. Kyu (weißer Gürtel, ein gelber Streifen)

Kihon

1. Gedan gamae, vor mit chûdan oi zuki (Zk), wd. - vor mit jôdan oi zuki
2. Gedan gamae, vor mit age uke (Zk), wd. - vor mit gedan barai
3. Aus yôï shizentai: chûdan seiken choku zuki (links/rechts)
4. Aus heisoku dachi: jôdan mae ke age (links/rechts)

Kata

1. Taikyoku shodan

Kumite

1. Gohon kumite (mit jeweils age uke, soto uke und gedan barai)
2. Sanbon kumite (mit age uke, soto uke, gedan barai in der Kombination)

Ukemi

1. yoko ukemi

Prüfungsprogramm 8½. Kyu (weißer Gürtel, ein schwarzer + ein gelber Streifen)

Kihon

1. Vor mit shutô uke (Kk), - rückwärts mit shutô uke
2. Vor mit age uke (Zk), wd. - vor mit soto uke
3. Ryôwan gamae, vor mit mae geri (Zk), wd. - vor mit mae geri
4. Standübung: Nach allen Seiten: gedan barai, gyaku zuki (Zk)

Kata

1. Taikyoku shodan

Kumite

1. Sanbon kumite (mit age uke, soto uke, gedan barai)
2. Goshin kumite ichi

Ukemi

1. Mae ukemi, ushiro ukemi, yoko ukemi



Prüfungsprogramm 8. Kyu (weißer Gürtel, zwei gelbe Streifen)



Kihon

1. Gedan gamae, vor mit chûdan oi zuki, wd. - vor mit gedan barai, vorderen Fuß anziehen tetsui uchi (heian shodan)
2. Vor mit chûdan oi zuki (Zk), - rückwärts mit chûdan oi zuki
3. Gedan gamae, vor mit uchi ude uke (Zk), wd. - ryôwan gamae, vor mit mae geri (Zk)
4. Vor mit shutô uke (Kk), - rückwärts mit shutô uke
5. Standübung: Nach allen Seiten: gedan barai, gyaku zuki (Zk)

Kata

1. Heian shodan

Kumite

1. Kihon ippon kumite
(jeweils erste Kombination aus jôdan, chûdan und mae geri, yoko ke komi)
2. Goshin kumite ichi - auszuführen mit kihon waza
3. Bunkai heian shodan - ôyô (elementar) als hômen kumite (in mehrere Richtungen)

Prüfungsprogramm 7½. Kyu (weißer Gürtel, zwei gelbe + ein schwarzer Streifen)



Kihon

1. Vor mit chûdan oi zuki (Zk), wd. - vor mit soto uke, chûdan gyaku zuki
2. Vor mit chûdan gyaku zuki (Zk), - rückwärts mit age uke, gyaku zuki
3. Vor mit chûdan ren zuki (Zk), wd. - vor mit chûdan ren zuki
4. Gyaku gedan gamae, vor mit mae geri gyaku zuki (Zk), wd. - vorderkreuzen yoko geri ke age (Kb)

Kata

1. Heian shodan

Kumite

1. Kihon ippon kumite (2)
2. Bunkai heian shodan

Ukemi

1. Zenpo kaiten
2. mae ukemi, ushiro ukemi



Prüfungsprogramm 7. Kyu (gelber Gürtel)

Kihon

1. Vor mit chûdan oi zuki (Zk), wd. - vor mit soto uke, chûdan ren zuki (Zk)
2. Vor mit chûdan gyaku zuki (Zk), - rückwärts mit age uke, gyaku zuki (Zk)
3. Vor mit shutô uke (Kk), - rückwärts mit morote uke (Kk), gyaku zuki (Zk)
4. Gyaku uchi uke - mae geri, gyaku zuki (Zk), wd. - vorderkreuzen yoko geri ke age, uraken uchi (Kb)
5. (Vor mit mae tobi geri über Hindernis gegen Pratzen)

Kata

1. Heian nidan

Kumite

1. Kihon ippon kumite (2)
2. Bunkai Heian nidan
3. Goshin kumite ni

Ukemi

1. Zenpo kaiten
2. yoko ukemi, mae ukemi, ushiro ukemi

Prüfungsprogramm 6½. Kyu (gelber Gürtel, ein schwarzer Streifen)

Kihon

1. Vor mit chûdan oi zuki (Zk), wd. - vor mit chûdan gyaku zuki (Zk)
2. Vor mit mawashi geri (Zk), wd. - vorderkreuzen mit yoko geri ke age (kb)
3. Hinterkreuzschritt yoko geri ke komi (Kb), wd. - vor mit sanbon zuki (Zk)
4. Vor mit chûdan ren zuki (Zk), - rückwärts soto uke, chûdan ren zuki (Zk)

Kata

1. Taikyoku nidan

Kumite

1. Kihon ippon kumite (3)
2. Goshin kumite ni
3. Bunkai heian nidan



Prüfungsprogramm 6. Kyu (gelber Gürtel, ein orangefarbener Streifen)

Kihon

1. Vor mit chûdan oi zuki (Zk), wd. - vor mit chûdan gyaku zuki (Zk)
2. Vor mit sanbon zuki (Zk), wd. - vor mit mae geri, gyaku zuki (Zk)
3. Vor mit soto uke (Zk), yori ashi zu (Kb) mit yoko empi uchi, wd. - vor mit uchi uke, yori ashi, kizami zuki, gyaku zuki (Zk)
4. Vor mit yoko empi uke(kb), tate mawashi uraken uchi (Kb), wd. - vor mit fumi komi (Kb), yoko empi uke, tate mawashi uraken uchi (Kb)
5. Standübung (Zk): Ushiro ashi mae geri, kizami zuki, gyaku zuki

Kata

1. Heian sandan
2. Taikyoku nidan

Kumite

1. Kihon ippon kumite (3)
2. Goshin kumite san
3. Bunkai heian sandan