

## 2020 Prüfungsprogramm / Anforderungen ab 14 Jahre Kinder individuelle Programme



<b>Kihon 8.-5. Kyu</b>
Junzuki, Gyakuzuki, Maegeri, Mawashigeri / Gyakuzuki
<b>Kihon ab 4. Kyu</b>
Kette Junzuki Nidozuki, Kette Gyakuzuki Nidozuki, Kette Junzuki No Tsukomi, Tobikomizuki, Nagashizuki, Maegeri, Sokuto, Yokogeri, Mawashigeri / Gyakuzuki

<b>8. Kyu</b>	<b>7. Kyu</b>	<b>6. Kyu</b>	<b>5. Kyu</b>
<b>Kata (1):</b> Pinan 1	<b>Kata (1):</b> Pinan 1	<b>Kata (2):</b> Pinan 1+2	<b>Kata (3):</b> Pinan 1-3

<b>4. Kyu</b>	<b>3. Kyu</b>	<b>2. Kyu</b>	<b>1. Kyu</b>
<b>Kata (4):</b> Pinan 1-4	<b>Kata (4):</b> Pinan 2-5	<b>Kata (4):</b> Pinan 4+5 Naihanchi / Kushanku	<b>Kata (4):</b> Pinan 5, Naihanchi, Kushanku / Bassai
<b>Ohyo-Kumite (2):</b> 1+2	<b>Ohyo-Kumite (4):</b> 1-4	<b>Ohyo-Kumite (4):</b> 3-6	<b>Ohyo-Kumite (4):</b> 4-7
	<b>Kihon-Kumite (2):</b> 1+2	<b>Kihon-Kumite (2):</b> 3+4	<b>Kihon-Kumite (2):</b> 5+6

<b>1. Dan</b>	<b>2. Dan</b>	<b>3. Dan</b>	<b>4. Dan</b>
<b>Kata (4):</b> Kushanku, Chinto, Wanshu, Sanseru	<b>Kata (4):</b> Kushanku, Chinto, Wanshu, Kanku Sho	<b>Kata (4):</b> Kushanku, Chinto, Wanshu, Niseishi	<b>Kata (4):</b> Kushanku, Chinto, Wanshu, Niseishi
<b>Kihon-Kumite (5):</b> 1-5	<b>Kihon-Kumite (6):</b> 1-6	<b>Kihon-Kumite (7):</b> 1-7	<b>Kihon-Kumite (8):</b> 1-8
	<b>Idori-Kumite (2):</b> 1+2	<b>Idori-Kumite (2):</b> 2+3	<b>Idori-Kumite (2):</b> 4+5

<b>Kondition / Theorie</b>
Individuell, ab 1. Dan schriftliche Arbeit

<b>Anforderungen Dangrade</b>	<b>1. Dan</b>	<b>2. Dan</b>	<b>3. Dan</b>	<b>4. Dan</b>
Alter	16	18	21	25
Karatepraxis (Jahre)	04	06	09	13
Regelmässige Trainertätigkeit (ab 1. Kyu) Kids/Erwachsenentraining <sup>1)</sup>	x	x	x	x
J+S Leiter	-	x	x	x
J+S Weiterbildung <sup>2)</sup>	-	2 Module	4 Module	WB 2: abgeschlossen
Nationalschiedsrichter <sup>2)</sup>	-	C	B	A
Funktion SKF/NAKV <sup>2)</sup>	-	x	x	x

1) mindestens 4 pro Monat, 2) wahlweise