

### 3.7 Prüfungsprogramm - Kyusho-Jitsu



Das Prüfungsprogramm Kyusho-Jitsu ist ein Entwurf, über den die Erkenntnisse des Kyusho-Jitsu in das Karate nach der Satzung des Deutschen Karate Verband (DKV) integriert werden sollen. Entsprechend wird prinzipiell auf erhöhte Trefferwirkung verzichtet.

Basis der Prüfungsordnung sind Kata und Kihon, die im so genannten Pflichtteil abgehandelt werden. Die theoretischen Grundlagen des Kyusho Jitsu, wie Kenntnis zu Lage, Aktivierungsart, Aktivierungsrichtung und wesentlicher Zusatzinformationen zu den Vitalpunkten, sowie Kuatsu und allgemeine Erkenntnisse zählen aufgrund der Wichtigkeit ebenfalls zum Pflichtteil der Prüfungsordnung. Im Wahlteil der Prüfung kann zwischen der Verwendung des Kyusho-Jitsu in Kata-Bunkai oder Selbstverteidigung gewählt werden.

Grundsätzlich sind die im Pflichtteil angesiedelten Theoretischen Grundlagen zu den Vitalpunkten eben nur als "Grundlage" zu sehen. Die praktische Anwendung in Bunkai und/ oder Selbstverteidigung ist das Ziel, bei dem zwingend Kenntnisse von Prinzipien einfacher und komplexer Natur erforderlich sind.

## 9. Kyu - weißer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<p><b>1 Kata</b> aus Stilrichtung</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Taikyoku shodan</b></p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Taikyoku shodan</b></p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Kihon Kata</b></p> <p><b>5 Kihon-Sequenzen</b></p> <p>Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.</p>	<p>Allgemeine Erläuterungen zu den Bereichen</p> <p><b>5 Elemente</b> <b>12 Meridiane</b> <b>2 Gefäße</b> <b>Maßeinheit Cun</b></p>	<p>Bunkai-Umsetzung von</p> <p><b>2 Kata-Sequenzen</b></p> <p>1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime</p>	<p><b>1 Abwehr und Konter</b></p> <p>gegen folgende Angriffe</p> <p><b>Handgreifen</b> von vorne <b>Greifen</b> von hinten</p> <p>Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.</p>

## 8. Kyu - gelber Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<p><b>1 Kata</b> aus Stilrichtung</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Heian shodan</b></p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Gesaidai ichi</b></p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Pinan shodan</b></p> <p><b>6 Kihon-Sequenzen</b></p> <p>Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.</p>	<p><b>Lage und Aktivierungsinfo</b></p> <p><b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20</p> <p><b>3 Zyklen</b> <b>1 Kuatsu-Variante</b></p>	<p>Bunkai-Umsetzung von</p> <p><b>3 Kata-Sequenzen</b></p> <p>1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime</p>	<p><b>1 Abwehr und Konter</b></p> <p>gegen folgende Angriffe</p> <p><b>Handgreifen</b> von vorne <b>Griff an Kleidung</b> von vorne</p> <p>Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.</p>

## 7. Kyu - oranger Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<p><b>1 Kata</b> aus Stilrichtung</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Heian nidan</b></p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Gegsaidai ni</b></p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Pinan nidan</b></p> <p><b>6-8 Kihon-Sequenzen</b></p> <p>Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.</p>	<p><b>Lage und Aktivierungsinfo</b></p> <p><b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21</p> <p><b>3 Zyklen</b> <b>2 Kuatsu-Varianten</b></p>	<p>Bunkai-Umsetzung von</p> <p><b>4 Kata-Sequenzen</b></p> <p>1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime</p>	<p><b>1 Abwehr und Konter</b></p> <p>gegen folgende Angriffe</p> <p><b>Armgreifen</b> von vorne <b>Greifen</b> von hinten <b>Faustschlag</b> gerade <b>Triff</b> gerade, mae-geri</p> <p>Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.</p>

## 6. Kyu - grüner Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<b>1 Kata</b> aus Stilrichtung Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Heian sandan</b> Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Sai-fa</b> Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Pinan sandan</b>  <b>6-8 Kihon-Sequenzen</b> Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.	<b>Lage und Aktivierungsinfo</b> <b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19  <b>3 Zyklen</b> <b>3 Kuatsu-Varianten</b>	Bunkai-Umsetzung von  <b>4 Kata-Sequenzen</b> 1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime	<b>1-2 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe  <b>Greifen</b> einseitig, beliebig <b>Griff an Kleidung</b> einseitig <b>Umklammerung</b> von hinten <b>Faustschlag</b> gerade <b>Tritt</b> gerade, mae-geri  Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.

## 5. Kyu - blauer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<b>1 Kata</b> aus Stilrichtung Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Heian yondan</b> Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Gekisai Dai Ni</b> Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Pinan yondan</b>  <b>6-8 Kihon-Sequenzen</b> Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.	<b>Lage und Aktivierungsinfo</b> <b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19 <b>Bi</b> 02-10-13-14-15-23-55-56-57 <b>Ni</b> 01-02-06-23-27	Bunkai-Umsetzung von  <b>5 Kata-Sequenzen</b> 1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime	<b>1-2 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe  <b>Arm-/ Handgreifen</b> beidseitig <b>Griff an Kleidung</b> beidseitig <b>Umklammerung</b> von vorne <b>Faustschlag</b> gerade <b>Tritt</b> gerade, mae-geri <b>Tritt</b> Halbkreis, mawashi-geri  Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.

## 4. Kyu - blauer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<b>1 Kata</b> aus Stilrichtung Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Heian godan</b> Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Seen-chin</b> Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Pinan godan</b>  <b>6-8 Kihon-Sequenzen</b> Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.	<b>Lage und Aktivierungsinfo</b> <b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19 <b>Bi</b> 02-10-13-14-15-23-55-56-57 <b>Ni</b> 01-02-06-23-27 <b>KS</b> 01-02-03-06-07-08 <b>3E</b> 03-10-11-12-15-17-21-23	Bunkai-Umsetzung von  <b>5 Kata-Sequenzen</b> 1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime	<b>1-2 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe  <b>Arm-/ Handgreifen</b> beliebig <b>Griff an Kleidung</b> beliebig <b>Faustschlag</b> gerade <b>Faustschlag</b> von außen <b>Tritt</b> gerade, mae-geri <b>Tritt</b> Halbkreis, mawashi-geri <b>Tritt</b> Seite, yoko-geri  Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.

### 3. Kyu - brauner Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<b>1 Kata</b> aus Stilrichtung Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Tekki shodan</b> Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Tensho</b> Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Naihanchi</b>  <b>6-8 Kihon-Sequenzen</b> Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.	<b>Lage und Aktivierungsinfo</b> <b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19 <b>Bi</b> 02-10-13-14-15-23-55-56-57 <b>Ni</b> 01-02-06-23-27 <b>KS</b> 01-02-03-06-07-08 <b>3E</b> 03-10-11-12-15-17-21-23 <b>Gb</b> 02-08-09-13-14-15-20-21-22-24-25-31-32-34 <b>Le</b> 07-08-09-13-14  <b>3 Zyklen</b> <b>6 Kuatsu-Varianten</b>	Bunkai-Umsetzung von  <b>6 Kata-Sequenzen</b> 1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime	<b>2 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe  <b>Stoß</b> beliebig <b>Greifen</b> beliebig <b>Umklammerung</b> beliebig <b>Faustschlag</b> beliebig <b>Kombination Faustschlag</b> <b>Triff</b> beliebig, hinteres Bein <b>Stockangriff</b> von oben  Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.

### 2. Kyu - brauner Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<b>1 Kata</b> aus Stilrichtung Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Bassai-Dai</b> Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>San-seru</b> Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Naihanchi</b>  <b>6-8 Kihon-Sequenzen</b> Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.	<b>Lage und Aktivierungsinfo</b> <b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19 <b>Bi</b> 02-10-13-14-15-23-55-56-57 <b>Ni</b> 01-02-06-23-27 <b>KS</b> 01-02-03-06-07-08 <b>3E</b> 03-10-11-12-15-17-21-23 <b>Gb</b> 02-08-09-13-14-15-20-21-22-24-25-31-32-34 <b>Le</b> 07-08-09-13-14 <b>LG</b> 20-26-27 <b>KG</b> 03-04-05-12-14-17-24  <b>3 Zyklen</b> <b>7 Kuatsu-Varianten</b>	Bunkai-Umsetzung von  <b>6 Kata-Sequenzen</b> 1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime	<b>2 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe  <b>Würgen</b> von vorne <b>Greifen</b> beliebig <b>Umklammerung</b> beliebig <b>Kombination Faustschlag</b> <b>Triff</b> beliebig, vorderes Bein <b>Stockangriff</b> von oben <b>Stockangriff</b> von außen  Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.

### 1. Kyu - brauner Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<b>1 Kata</b> aus Stilrichtung Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Jion, Kanku-Dai, Empi</b> Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>San-seru, Sanchin</b> Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Chinto</b>  <b>6-8 Kihon-Sequenzen</b> Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.	<b>Lage und Aktivierungsinfo</b> <b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19 <b>Bi</b> 02-10-13-14-15-23-55-56-57 <b>Ni</b> 01-02-06-23-27 <b>KS</b> 01-02-03-06-07-08 <b>3E</b> 03-10-11-12-15-17-21-23 <b>Gb</b> 02-08-09-13-14-15-20-21-22-24-25-31-32-34 <b>Le</b> 07-08-09-13-14 <b>LG</b> 20-26-27 <b>KG</b> 03-04-05-12-14-17-24 Drittes Auge - Mentaler Nerv  <b>3 Zyklen</b> <b>8 Kuatsu-Varianten</b>	Bunkai-Umsetzung von  <b>6 Kata-Sequenzen</b> 1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime	<b>2 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe  <b>Würgen</b> von vorne <b>Würgen</b> von hinten <b>Greifen</b> beliebig <b>Umklammerung</b> beliebig <b>Kombination Faustschlag</b> <b>Kombination Triff</b> <b>Stockangriff</b> von oben <b>Stockangriff</b> von außen <b>Stockangriff</b> Rückhand  Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.

## 1. Dan - schwarzer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<p><b>2 Kata</b> aus Stilrichtung</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Jion, Tekki Shodan, Bassai Dai, Kanku Dai, Empi, Hangetsu</b></p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>San-chin, Se-san</b></p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Kushanku, Naihanchi</b></p> <p><b>6-8 Kihon-Sequenzen</b></p> <p>Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.</p>	<p><b>Lage und Aktivierungsinfo</b></p> <p><b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19 <b>Bl</b> 02-10-13-14-15-23-55-56-57 <b>Ni</b> 01-02-06-23-27 <b>KS</b> 01-02-03-06-07-08 <b>3E</b> 03-10-11-12-15-17-21-23 <b>Gb</b> 02-08-09-13-14-15-20-21-22-24-25-31-32-34 <b>Le</b> 07-08-09-13-14 <b>LG</b> 20-26-27 <b>KG</b> 03-04-05-12-14-17-24</p> <p>Drittes Auge - Mentaler Nerv</p> <p><b>3 Zyklen</b> <b>9 Kuatsu-Varianten</b></p>	<p>Demonstration einer weiteren Kata, sowie Bunkai-Umsetzung von</p> <p><b>6 Kata-Sequenzen</b></p> <p>1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime</p>	<p><b>1 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe</p> <p><b>Greifen</b> beliebig <b>Umklammerung</b> beliebig <b>Würgen</b> beliebig <b>Faustschlag</b> beliebig <b>Tritt</b> beliebig <b>Kombination Faustschlag</b> <b>Kombination Tritt</b> <b>Stockangriff</b> beliebig</p> <p>Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei.</p>
		zwingende Verwendung der Prinzipien	
		einfach	<b>Zerstörung/ Schwächung - yin-yang</b>
		komplex	<b>Stände und Töne - go-ju</b>

## 2. Dan - schwarzer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<p><b>2 Kata</b> aus Stilrichtung</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Kanku Sho, Nijushiho Jiin, Empi, Tekki Nidan, Bassai Dai</b></p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Ten-sho, Kurunfa</b></p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Chinto, Seishan</b></p> <p><b>6-8 Kihon-Sequenzen</b></p> <p>Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.</p>	<p><b>Lage und Aktivierungsinfo</b></p> <p><b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19 <b>Bl</b> 02-10-13-14-15-23-55-56-57 <b>Ni</b> 01-02-06-23-27 <b>KS</b> 01-02-03-06-07-08 <b>3E</b> 03-10-11-12-15-17-21-23 <b>Gb</b> 02-08-09-13-14-15-20-21-22-24-25-31-32-34 <b>Le</b> 07-08-09-13-14 <b>LG</b> 20-26-27 <b>KG</b> 03-04-05-12-14-17-24</p> <p>Drittes Auge - Mentaler Nerv</p> <p><b>3 Zyklen</b> <b>9 Kuatsu-Varianten</b></p>	<p>Demonstration einer weiteren Kata, sowie Bunkai-Umsetzung von</p> <p><b>6 Kata-Sequenzen</b></p> <p>1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime</p>	<p><b>1 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe</p> <p><b>Greifen</b> beliebig <b>Umklammerung</b> beliebig <b>Würgen</b> beliebig <b>Faustschlag</b> beliebig <b>Tritt</b> beliebig <b>Kombination Faust/ Fuß</b> <b>Stockangriff</b> beliebig</p> <p>Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Prüfung zusätzlicher Formen, auch gegen mehrere Angreifer, möglich.</p>
		zwingende Verwendung der Prinzipien	
		einfach	<b>Zerstörung/ Schwächung - yin-yang</b>
		komplex	<b>Stände - Töne - go-ju - Symetriebruch</b>

## 3. Dan - schwarzer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil	
		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien	
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Kata-Bunkai	Selbstverteidigung
<p><b>2 Kata</b> aus Stilrichtung</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Sochin, Bassai Sho, Jitte, Gangaku, Gojushiho Sho, Kanku Dai</b></p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Ten-sho, Superimpei</b></p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Bassai, Wanshu</b></p> <p><b>6-8 Kihon-Sequenzen</b></p> <p>Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.</p>	<p><b>Lage und Aktivierungsinfo</b></p> <p><b>Lu</b> 01-05-08-09-10 <b>Di</b> 04-05-10-13-17-18-20 <b>Ma</b> 02-03-05-06-07-09-11-12-15-18-25-34-36 <b>MP</b> 06-09-10-11-17-21 <b>He</b> 01-02-03-04-05-06-08 <b>Dü</b> 06-16-17-18-19 <b>Bl</b> 02-10-13-14-15-23-55-56-57 <b>Ni</b> 01-02-06-23-27 <b>KS</b> 01-02-03-06-07-08 <b>3E</b> 03-10-11-12-15-17-21-23 <b>Gb</b> 02-08-09-13-14-15-20-21-22-24-25-31-32-34 <b>Le</b> 07-08-09-13-14 <b>LG</b> 20-26-27 <b>KG</b> 03-04-05-12-14-17-24</p> <p>Drittes Auge - Mentaler Nerv</p> <p><b>3 Zyklen</b> <b>9 Kuatsu-Varianten</b></p>	<p>Demonstration einer weiteren Kata, sowie Bunkai-Umsetzung von</p> <p><b>6 Kata-Sequenzen</b></p> <p>1 x Demonstration Kata-Sequenz 1 x Bunkai langsam mit Erläuterung 1-2 x Bunkai schnell mit Kime</p>	<p><b>1 Abwehr und Konter</b> gegen folgende Angriffe</p> <p><b>Greifen</b> beliebig <b>Umklammerung</b> beliebig <b>Würgen</b> beliebig <b>Faustschlag</b> beliebig <b>Tritt</b> beliebig <b>Kombination Faust/ Fuß</b> <b>Stockangriff</b> beliebig</p> <p>Ausführung jeweils 1-2 x langsam/schnell. Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Prüfung zusätzlicher Formen, auch gegen mehrere Angreifer, möglich.</p>
		zwingende Verwendung der Prinzipien	
		einfach	<b>Zerstörung/ Schwächung - yin-yang</b>
		komplex	<b>Stände - Töne - go-ju - Symetriebruch -</b>

## 4. Dan - schwarzer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil
Kata - Kata-Kihon		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien
Theoretische Grundlagen		Kata-Bunkai - Selbstverteidigung
<p><b>2 Kata</b> aus Stilrichtung</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Tekki sandan, Bassai Sho, Jitte, Sochin, Wankan, Meikyo</b></p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Shisochin, Sepai</b></p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Rohai, Niseishi</b></p> <p><b>6-8 Kihon-Sequenzen</b></p> <p>Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.</p>	<p>Nachweis der Kenntnisse aller bisherigen Prüfungen</p>	<p>Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine umfangreiche praktische Demonstration beinhalten. Die Themen können folgenden Bereichen entnommen werden</p> <p><b>Geschichte/ Philosophie</b> <b>Beschreibung von Technikabläufen</b> <b>Beschreibung von Trainingsformen</b> <b>Karatespezifische Untersuchungen</b></p> <p>Verpflichtend müssen alle bisherigen einfachen und komplexen Prinzipien beinhaltet sein. Zusätzlich müssen weiterführende Inhalte präsentiert werden.</p>

## 5. Dan schwarzer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil
Kata - Kata-Kihon		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien
Theoretische Grundlagen		Kata-Bunkai - Selbstverteidigung
<p><b>2 Kata</b> aus Stilrichtung</p> <p>Shotokan-Ausrichtungen z. B. <b>Unsu, Gojushiho Dai, Meikyo, Chinte, Jiin, Gangaku</b></p> <p>Goju-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Shisochin, Seiyunchin</b></p> <p>Wado-ryu-Ausrichtungen z. B. <b>Jion, Jitte</b></p> <p><b>6-8 Kihon-Sequenzen</b></p> <p>Je Kihon-Bahn 3-5 Einzeltechniken bzw. Kombinationen aus der gewählten Kata oder in Bezug zur gewählten Kata, ggf. nach Ansage des Prüfers.</p>	<p>Nachweis der Kenntnisse aller bisherigen Prüfungen</p>	<p>Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine umfangreiche praktische Demonstration beinhalten. Die Themen können folgenden Bereichen entnommen werden</p> <p><b>Geschichte/ Philosophie</b> <b>Beschreibung von Technikabläufen</b> <b>Beschreibung von Trainingsformen</b> <b>Karatespezifische Untersuchungen</b></p> <p>Verpflichtend müssen alle bisherigen einfachen und komplexen Prinzipien beinhaltet sein. Zusätzlich müssen weiterführende Inhalte präsentiert werden.</p>

## 6. Dan schwarzer Gürtel

Pflichtteil		Wahlteil
Kata - Kata-Kihon		Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien
Theoretische Grundlagen		Kata-Bunkai - Selbstverteidigung
<p><b>2 Kata</b> nach eigener Wahl</p>	<p>Nachweis der Kenntnisse aller bisherigen Prüfungen</p>	<p>Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine umfangreiche praktische Demonstration beinhalten. Die Themen können folgenden Bereichen entnommen werden</p> <p><b>Geschichte/ Philosophie</b> <b>Beschreibung von Technikabläufen</b> <b>Beschreibung von Trainingsformen</b> <b>Karatespezifische Untersuchungen</b></p> <p>Verpflichtend müssen alle bisherigen einfachen und komplexen Prinzipien beinhaltet sein. Zusätzlich müssen weiterführende Inhalte präsentiert werden.</p>

## 7. Dan schwarzer Gürtel

<b>Pflichtteil</b>		<b>Wahlteil</b>
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien Kata-Bunkai - Selbstverteidigung
<b>2 Kata</b> nach eigener Wahl	Nachweis der Kenntnisse aller bisherigen Prüfungen	<p>Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine umfangreiche praktische Demonstration beinhalten. Die Themen können folgenden Bereichen entnommen werden</p> <p><b>Geschichte/ Philosophie</b>  <b>Beschreibung von Technikabläufen</b>  <b>Beschreibung von Trainingsformen</b>  <b>Karatespezifische Untersuchungen</b></p> <p>Verpflichtend müssen alle bisherigen einfachen und komplexen Prinzipien beinhaltet sein. Zusätzlich müssen weiterführende Inhalte präsentiert werden.</p>

## 8. Dan schwarzer Gürtel

<b>Pflichtteil</b>		<b>Wahlteil</b>
Kata - Kata-Kihon	Theoretische Grundlagen	Verwendung der Vitalpunkte, einfacher und komplexer Prinzipien Kata-Bunkai - Selbstverteidigung
<b>1 Kata</b> nach eigener Wahl	Nachweis der Kenntnisse aller bisherigen Prüfungen	<p>Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine umfangreiche praktische Demonstration beinhalten. Die Themen können folgenden Bereichen entnommen werden</p> <p><b>Geschichte/ Philosophie</b>  <b>Beschreibung von Technikabläufen</b>  <b>Beschreibung von Trainingsformen</b>  <b>Karatespezifische Untersuchungen</b></p> <p>Verpflichtend müssen alle bisherigen einfachen und komplexen Prinzipien beinhaltet sein. Zusätzlich müssen weiterführende Inhalte präsentiert werden.</p>