

7. Kyu (Shichi/Nana-Kyu)

Grüner Gürtel und Kyu-Emblem Zwei Silbersterne

1. Vorkenntnisse

2. Gehobene Falltechniken

(Seite 12 / Pos. 3; Kombinationen etc.;
Falltechniken frei und ohne Ansatz)

3. Sanshin no Kata

(Seite 15 / Pos. 6.2;Vorführung mit
Partner; Godai Kumite)

4. Ju Tai Jutsu I

- Uki Oto Shi

(Ausweichen bei Soku Yaku Geri nach
vorne außen, Hände oder Fäuste auf Brust
oder Kopf schlagen)

- Ebidori

(Ausweichen bei Soku Yaku Geri, Fuß
greifen und drehen, Bein in gegnerisches
Bein einhängen, Angreifer zum Boden
bringen und festlegen)

5. Nage Waza II (Wurftechniken)

- Ashi Barai

(Fußfeger)

- O Uchi Gari

(große Innensichel)

- Harai Goshi Kata

(Wurftechnik über Gesäß)

- Tomoe Nage Kata

(Kopfwurf)

- Ippon Seoi Nage Kata

(Schulterwurf mit einer Hand)

- Morote Seoi Nage Kata

(Schulterwurf mit zwei Händen)

- Koshi Guruma Kata

(Wurf frei über die Hüfte, Hüfttrad)

- Gyaku Seoi Nage

(Armstreckhebelwurf)

6. Daken Kihon II

- Shuto als Angriff - Blocktechnik und Abwehr mit Tsuki oder Keri

- Tsuki als Angriff - Blocktechnik und Abwehr mit Tsuki oder Keri

- Keri als Angriff - Blocktechnik und Abwehr mit Tsuki oder Keri

7. Daken Kihon III (Kihon Happo 1-3; Seite 16 / Pos. 7.1)

- Ichimonji no Kata (Kihon Happo 1) (Angriff Tsuki zum Kopf, Jodan Uchi
Uke mit Ausweichen 45 Grad nach hinten,
Omote Shuto zum Hals)

- Hicho no Kata (Kihon Happo 2) (Angriff Tsuki auf Körper (SP); Gedan
Uke aus Hicho no Kamae, Keri zum
Körper (seitlicher Rippenbereich), Fuß
absetzen und Ura Shuto zum Hals)

- Jumonji no Kata (Kihon Happo 3) (Angriff Tsuki zum Kopf; Jodan Uke aus Jumonji no Kamae, Boshi Ken zum Körper (Achselhöhle; gleiche Seite wie Block). Weiterer Tsuki zum Kopf von anderer Seite; Jodan Uke aus Jumonji no Kamae, wieder Boshi Ken zum Körper (Achselhöhle), Kosei no Kamae)

Jeweils Vorführung mit und ohne Partner

Die Grundtechniken sind - soweit nicht gesondert angegeben - weitgehendst in Kombinationen gegen einen vom Prüfling gewählten Angriff vorzuführen.