

## 8. Kyu (Hachi-Kyu)

### *Grüner Gürtel und Kyu-Emblem Ein Silberstern*

#### 1. Vorkenntnisse

#### 2. Gehetechniken

- Saguri Aruki (Fortbewegung kauern am Boden)
- Yoko Aruki (seitliches Gehen; Füße kreuzen sich)
- Nuki Aruki (lautloses Gehen)
- Wari Ashi (sich anpassender Schritt)
- Tobi Ashi (fliegender Schritt vorwärts)
- Happo Tenchi Tobi (seitliches Fortbewegen über seitliche Sprünge)

#### 3. Robben- und Bewegungstechniken am Boden

- 4. **Sanshin no Kata** (Seite 15 / Pos. 6.1; Vorführung ohne Partner)

#### 5. Daken Gata Taijutsu

- Tsuki Taihen (Angriff Tsuki; aus Ichimonji no Kamae Blocktechnik, Kontern mit Shikan Ken, Schritt nach hinten, Stellung Ichimonji no Kamae)
  - Tobi Geri Taihen (Angriff Tsuki; Block mit Fuß im Sprung auf angreifenden Arm etc.)
  - Shuto Uchi Taihen (Angriff Tsuki; Omote- oder Ura Shuto zum Hals / Genick des Angreifers, Zurückgehen in Ausgangsposition)
- #### 6. Shuki Ken
- Ellenbogenstöße (seitwärts, rückwärts, abwärts und aufwärts)
  - Ellenbogenschläge (und gesprungen - *Tobi*)

#### 7. Keri Waza II

- Keri Kaeshi (Angriff Zenpo Geri; Zur Seite gehen und mit Fußspann oder Schienbein von unten auf angreifendes Bein schlagen - unteren Teil des Oberschenkels)
- Keri Otoshi / Kakato Geri (Angriff Tsuki; von oben mit Kakato Ken (rückwärtiger Fersenteil) angreifenden Arm nach unten schlagen)

- Keri Harai / Sokuto Geri (Angriff Tsuki; mit Sokuto Ken (Fußkanten) auf Arm seitlich schlagen / fegen)
- Keri Age / Sokushi Geri (Angriff Tsuki; von unten mit Sokushi Ken (Fußzehen) auf angreifenden Arm schlagen)
- Koho Geri / Ushiro Yaku Geri (Rückwärtsfußstoß im Stand, mit Ferse schlagen)
- Sokuho Geri / Yoko Yaku Geri (Seitwärtsfußstoß, mit Ferse schlagen, auch mit Übersetzungsschritt)
- Ashi Tobi Geri (mit einem Fuß Vorwärtsfußstoß gesprungen)
- Ryo Ashi Tobi Geri (mit 2 Füßen Vorwärtsfußstoß gesprungen)
- Tobi Sokuho Geri / Yoko Yaku Geri (Seitwärtsfußstoß gesprungen; li. und re.)

## 8. Torite Kihon Gata I (Kihon Happo 4 - 6)

- Omote Gyaku (Kihon Happo 4) (Kipphandhebel aus Revers fassen ausführen)
- Omote Gyaku Tsuki (Kihon Happo 5) (Kipphandhebel aus Revers fassen ausführen; vorher Block und Fauststoß)
- Ura Gyaku (Kihon Happo 6) (Handdrehbeugehebel aus Revers fassen ausführen)

## 9. Ogami Dori

- Befreiung bei erfassen beider Handgelenke (eigene Hände zusammenfügen und Fingerstoß zum Körper)

*Bei Hebeltechniken und Würfen sind vorher Atemitechniken auszuführen.*

*Die Grundtechniken sind weitgehendst in Kombinationen gegen einen Angriff nach Wahl durch den Prüfling zu zeigen.*