

## 9. Kyu (Ku-Kyu)

## Grüner Gürtel und Kyu-Emblem

### 1. Vorkenntnisse

2. **Ukemi Gata Taihenjutsu I (Rollen, Stürze)** (Seite 12 / Pos. 3.3)
3. **Sabaki (Bewegungslehre)** (Seite 14 / Pos. 5.2 u. 5.3)
4. **Tehodoki II (Handgelenksbefreiungen)**
  - Uchi Mawashi Dori (Befreiung Handgelenke von vorne eine Seite; li. u. re.)
  - Soto Mawashi Dori (Befreiung Handgelenk von vorne eine Seite; li. und re.)

*Jeweils 3 Techniken zeigen.*

### 5. Hanbo Jutsu I

#### Hanbo Kamae no Kata (Grundstellungen)

- Munen Muso no Kamae / Shinzen no Kamae (Hanbo wie Gehstock auf einer Seite)
- Katajaburi no Kamae / Hira Ichimonji no Kamae / Ati-yagori (Hanbo vor dem Körper in beiden Händen)
- Otonashi no Kamae (Hanbo hinter Körper in beiden Händen)
- Okude no Kamae (Hanbo hinter Standbein oder Körper versteckt)

*Zu jeder Grundstellung sind 2 Techniken vorzuführen (Angriff nach Wahl des Prüflings).*

### 6. Nage Waza I (Wurftechniken)

- O Soto Gari (große Außensichel)
- O Goshi (großer Hüftwurf)

- 7. Sabaki Gata Taihenjutsu I**  
 - Schwertangriffen ausweichen (Ausweichen bei Schnitten und Stichen aus Stellungen auf Seite 17 / Pos. 8. (Ken Kamae no Kata), durch Rollen, Springen, Drehen, sechs Ausweichbewegungen etc.; ggf. auch bei Stockangriffen wie vor ausweichen)
- 8. Keri Waza I (Fußtechniken)**
- Fußstoß abwärts (mit Ferse; Kakato Ken)
  - Fußstoß rückwärts aus der Bodenlage (mit Ferse; Kakato Ken)
  - Bein einhängen (von vorne und hinten beim Ausheben - bei Körperumklammerung)
- 9. Gatame Waza I (Hebeltechniken)**
- Ude Garami Henka (Kreuzfesselgriff)
  - Kubi-Hishigi (Genickhebel)
  - Tate Hishigi (Genickdrehhebel)
  - Ude Ogae (Armstreckhebel zum Boden)
  - Beininnenhebel (vom Boden aus)
  - Kote Gaeshi (Kipphandhebel)

*Bei Würfen und Hebeltechniken sind möglichst vor der Ausführung Atemitechniken durchzuführen.*

*Die Techniken sind - soweit nicht gesondert angegeben - weitgehend in Kombination gegen einen Angriff zu zeigen (Angriff nach Wahl des Prüflings).*