

# **PRÜFUNGSREGLEMENT**

## **Swiss Karate Association (SKA)**

**Member of the World Traditional Karate Organization (WTKO)  
Mitglied der Swiss Karate Federation (SKF)**



Ausgabe 2011

## 8. Kyu

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

|     |           |                    |                            |
|-----|-----------|--------------------|----------------------------|
| 1.  | Vorwärts  | Gedanbarai         | Zenkutsu Dachii            |
| 2.  | Vorwärts  | Oi-Zuki Chudan     | Zenkutsu Dachii            |
| 3.  | Rückwärts | Age – Uke          | Zenkutsu Dachii            |
| 4.  | Vorwärts  | Soto – Uke         | Zenkutsu Dachii            |
| 5.  | Rückwärts | Shuto – Uke        | Kokutsu Dachii             |
| 6.  | Vorwärts  | Uchi – Uke         | Zenkutsu Dachii            |
| 7.  | Vorwärts  | Mae – Geri Chudan  | Zenkutsu Dachii            |
| 8.  | Vorwärts  | Mae – Geri Jodan   | Zenkutsu Dachii            |
| 9.  | Seitwärts | Yoko – Geri Keage  | Kiba Dachii (links/rechts) |
| 10. | Seitwärts | Yoko – Geri Kekomi | Kiba Dachii (links/rechts) |

### Kata

Heian Shodan

### Kumite

Gohon – Kumite:

Angriff      Oi – Zuki Jodan      Oi- Zuki Chudan

Block      Age – Uke      Soto – Uke

Gyaku – Zuki Konter jeweils nach dem fünften Angriff

## 7. Kyu

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

|     |           |                    |                           |
|-----|-----------|--------------------|---------------------------|
| 1.  | Vorwärts  | Gedanbarai         | Zenkutsu Dachi            |
| 2.  | Vorwärts  | Oi-Zuki Chudan     | Zenkutsu Dachi            |
| 3.  | Rückwärts | Age – Uke          | Zenkutsu Dachi            |
| 4.  | Vorwärts  | Soto – Uke         | Zenkutsu Dachi            |
| 5.  | Rückwärts | Shuto – Uke        | Kokutsu Dachi             |
| 6.  | Vorwärts  | Uchi – Uke         | Zenkutsu Dachi            |
| 7.  | Vorwärts  | Mae – Geri Chudan  | Zenkutsu Dachi            |
| 8.  | Vorwärts  | Mae – Geri Jodan   | Zenkutsu Dachi            |
| 9.  | Seitwärts | Yoko – Geri Keage  | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 10. | Seitwärts | Yoko – Geri Kekomi | Kiba Dachi (links/rechts) |

### Kata

Heian Nidan

### Kumite

Gohon – Kumite:

Angriff      Oi – Zuki Jodan      Oi- Zuki Chudan

Block      Age – Uke      Soto – Uke

Gyaku – Zuki Konter jeweils nach dem fünften Angriff

## 6. Kyu

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

- |     |           |                           |                           |
|-----|-----------|---------------------------|---------------------------|
| 1.  | Vorwärts  | Oi-Zuki Chudan            | Zenkutsu Dachi            |
| 2.  | Vorwärts  | Gyaku – Zuki Chudan       | Zenkutsu Dachi            |
| 3.  | Vorwärts  | Gedanbarai / Gyaku – Zuki | Zenkutsu Dachi            |
| 4.  | Rückwärts | Age – Uke / Gyaku – Zuki  | Zenkutsu Dachi            |
| 5.  | Vorwärts  | Soto – Uke / Gyaku – Zuki | Zenkutsu Dachi            |
| 6.  | Rückwärts | Shuto – Uke               | Kokutsu Dachi             |
| 7.  | Vorwärts  | Uchi – Uke / Gyaku – Zuki | Zenkutsu Dachi            |
| 8.  | Vorwärts  | Mae – Geri Chudan         | Zenkutsu Dachi            |
| 9.  | Vorwärts  | Mae – Geri Jodan          | Zenkutsu Dachi            |
| 10. | Seitwärts | Yoko – Geri Keage         | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 11. | Seitwärts | Yoko – Geri Kekomi        | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 12. | Vorwärts  | Mawashi – Geri            | Zenkutsu Dachi            |

### Kata

Heian Sandan

### Kumite

Gohon – Kumite:

- |         |                 |                 |            |
|---------|-----------------|-----------------|------------|
| Angriff | Oi – Zuki Jodan | Oi- Zuki Chudan | Mae Geri   |
| Block   | Age – Uke       | Soto – Uke      | Gedanbarai |
- Gyaku – Zuki Konter jeweils nach dem fünften Angriff

## 5. Kyu

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

- |     |           |   |                           |
|-----|-----------|---|---------------------------|
| 1.  | Vorwärts  | Oi-Zuki Chudan  | Zenkutsu Dachi            |
| 2.  | Vorwärts  | Gyaku – Zuki Chudan   | Zenkutsu Dachi            |
| 3.  | Vorwärts  | Gedanbarai / Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 4.  | Rückwärts | Age – Uke / Gyaku – Zuki  | Zenkutsu Dachi            |
| 5.  | Vorwärts  | Soto – Uke / Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 6.  | Rückwärts | Shuto – Uke / Nukite  | Kokutsu- / Zenkutsu-Dachi |
| 7.  | Vorwärts  | Uchi – Uke / Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 8.  | Vorwärts  | Mae – Geri / Oi-Zuki Chudan   | Zenkutsu Dachi            |
| 9.  | Seitwärts | Yoko – Geri Keage   | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 10. | Seitwärts | Yoko – Geri Kekomi  | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 11. | Vorwärts  | Mawashi – Geri  | Zenkutsu Dachi            |
| 12. | Vorwärts  | Yoseashi (Beisetzschrift)<br>Gyaku – Zuki /<br>langsam vorgehen mit<br>Gedanbarai | Zenkutsu Dachi            |

### Kata

Heian Yondan

### Kumite

Sanbon Kumite:  
(links und rechts)

- |         |                             |                 |            |
|---------|-----------------------------|-----------------|------------|
| Angriff | Oi – Zuki Jodan             | Oi- Zuki Chudan | Mae Geri   |
| Block   | Age – Uke                   | Soto – Uke      | Gedanbarai |
|         | Jeweils Gyaku – Zuki Konter |                 |            |

## 4. Kyu

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

- |     |           |   |                           |
|-----|-----------|---|---------------------------|
| 1.  | Vorwärts  | Oi-Zuki Chudan  | Zenkutsu Dachi            |
| 2.  | Vorwärts  | Mawate Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 3.  | Rückwärts | Age – Uke / Mae – Geri  | Zenkutsu Dachi            |
| 4.  | Vorwärts  | Soto – Uke / Yoko - Empi  | Zenkutsu- / Kiba-Dachi    |
| 5.  | Rückwärts | Shuto – Uke / Nukite  | Kokutsu- / Zenkutsu-Dachi |
| 6.  | Vorwärts  | Uchi – Uke / Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 7.  | Vorwärts  | Mae – Geri / Oi-Zuki Chudan   | Zenkutsu Dachi            |
| 8.  | Seitwärts | Yoko – Geri Keage   | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 9.  | Seitwärts | Yoko – Geri Kekomi  | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 10. | Vorwärts  | Mawashi – Geri  | Zenkutsu Dachi            |
| 11. | Vorwärts  | Ushiro – Geri   | Zenkutsu Dachi            |
| 12. | Vorwärts  | Soto Shuto – Uchi Jodan   | Zenkutsu Dachi            |
| 13. | Vorwärts  | Yoseashi (Beisetzschrift)<br>Kizami Zuki / Gyaku – Zuki /<br>Gyaku - Zuki | Zenkutsu Dachi            |

### Kata

Heian Godan

### Kumite

Kihon Ippon Kumite:  
(links und rechts)

|         |                             |                 |            |                    |
|---------|-----------------------------|-----------------|------------|--------------------|
| Angriff | Oi – Zuki Jodan             | Oi- Zuki Chudan | Mae Geri   | Mawashi Geri Jodan |
| Block   | Age – Uke                   | Soto – Uke      | Gedanbarai | Uchi – Uke Jodan   |
|         | Jeweils Gyaku – Zuki Konter |                 |            |                    |

## 3. Kyu

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

|     |           |   |                           |
|-----|-----------|---|---------------------------|
| 1.  | Vorwärts  | Sanbon - Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 2.  | Vorwärts  | Mawate Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 3.  | Rückwärts | Age – Uke / Mae - Geri  | Zenkutsu Dachi            |
| 4.  | Vorwärts  | Soto – Uke / Yoko – Empi  | Zenkutsu- / Kiba-Dachi    |
| 5.  | Rückwärts | Shuto – Uke / Maeashi Mae – Geri<br>Nukite                                | Kokutsu- / Zenkutsu-Dachi |
| 6.  | Vorwärts  | Uchi – Uke / Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 7.  | Vorwärts  | Mae – Rengeri Chudan Jodan  | Zenkutsu Dachi            |
| 8.  | Seitwärts | Yoko – Geri Keage   | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 9.  | Seitwärts | Yoko – Geri Kekomi  | Kiba Dachi (links/rechts) |
| 10. | Vorwärts  | Mawashi – Geri / Gyaku - Zuki   | Zenkutsu Dachi            |
| 11. | Vorwärts  | Ushiro – Geri   | Zenkutsu Dachi            |
| 12. | Vorwärts  | Uraken - Uchi Jodan (geschnappt)  | Zenkutsu Dachi            |
| 13. | Vorwärts  | Yoseashi (Beisetzschritt)<br>Kizami Zuki / Gyaku – Zuki /<br>Gyaku - Zuki | Zenkutsu Dachi            |

### Kata

Tekki Shodan

### Kumite

Kaeshi Ippon Kumite:  
(links und rechts)

|         |                 |                 |            |                    |
|---------|-----------------|-----------------|------------|--------------------|
| Angriff | Oi – Zuki Jodan | Oi- Zuki Chudan | Mae Geri   | Mawashi Geri Jodan |
| Block   | Age – Uke       | Soto – Uke      | Gedanbarai | Uchi – Uke Jodan   |

## 2. Kyu

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

- |     |           |  |                                    |
|-----|-----------|--|------------------------------------|
| 1.  | Vorwärts  | Sanbon - Zuki                                      | Zenkutsu Dachi                     |
| 2.  | Vorwärts  | Mawate Gyaku – Zuki                                | Zenkutsu Dachi                     |
| 3.  | Rückwärts | Age – Uke / Mae - Geri                             | Zenkutsu Dachi                     |
| 4.  | Vorwärts  | Soto – Uke / Yoko – Empi /Uraken                   | Zenkutsu- / Kiba- / Zenkutsu-Dachi |
| 5.  | Rückwärts | Shuto – Uke / Maeashi Mae – Geri<br>Nukite         | Kokutsu- / Zenkutsu-Dachi          |
| 6.  | Vorwärts  | Uchi – Uke / Kizami- / Gyaku – Zuki                | Zenkutsu Dachi                     |
| 7.  | Vorwärts  | Mae – Geri Chudan /Mawashi – Geri<br>Jodan Rengeri | Zenkutsu Dachi                     |
| 8.  | Vorwärts  | Mae – Geri Chudan /<br>Yoko – Geri Kekomi          | Zenkutsu Dachi (gleiches Bein)     |
| 9.  | Seitwärts | Yoko – Geri Keage / Kekomi                         | Kiba Dachi (Kekomi 180° drehen)    |
| 10. | Vorwärts  | Mawashi – Geri / Gyaku - Zuki                      | Zenkutsu Dachi                     |
| 11. | Vorwärts  | Ushiro – Geri                                      | Zenkutsu Dachi                     |
| 12. | Rückwärts | Uraken – Uchi Jodan (geschnappt)                   | Zenkutsu Dachi                     |
| 13. | Vorwärts  | Jodan Soto Shuto - Uchi /                          | Zenkutsu Dachi                     |
|     | Vorwärts  | Mawate Empi /                                      |                                    |
|     | Rückwärts | Mawate Uchi Jodan Shuto - Uchi                     |                                    |

### Kata

Tokui Kata (Freikata) aus Jion, Bassai Dai, Empi oder Kanku Dai

Shitei Kata (Pflichtkata) aus Heian 1 – 5 und Tekki Shodan

### Kumite

Jiyu - Ippon Kumite:

Angriff Oi – Zuki Jodan Oi- Zuki Chudan Mae Geri Mawashi – Geri  
Ushiro - Geri

Block und Konter sind frei wählbar. Tai-Sabaki erlaubt – aber kein De-Ai erlaubt.



## 1. Kyu

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

|     |                                   |   |   |
|-----|-----------------------------------|---|---|
| 1.  | Vorwärts                          | Sanbon - Zuki   | Zenkutsu Dachi                                      |
| 2.  | Vorwärts                          | Mawate – Uraken /<br>Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi                                      |
| 3.  | Rückwärts                         | Age – Uke / Mae - Geri  | Zenkutsu Dachi                                      |
| 4.  | Vorwärts                          | Soto – Uke / Yoko – Empi /Uraken  | Zenkutsu- / Kiba- / Zenkutsu-Dachi                  |
| 5.  | Vorwärts                          | Oi Zuki<br>Gedan Shuto – Uke mit<br>Zurückziehen des vorderen Fusses<br>Maeashi Mae – Geri Nukite         | Zenkutsu Dachi<br>Neko Ashi Dachi<br>Zenkutsu-Dachi |
| 6.  | Vorwärts                          | Uchi – Uke / Kizami- / Gyaku – Zuki   | Zenkutsu Dachi                                      |
| 7.  | Vorwärts                          | Mae – Geri Chudan /Mawashi – Geri<br>Jodan Rengeri  | Zenkutsu Dachi                                      |
| 8.  | Vorwärts                          | Mae – Geri Chudan /<br>Yoko – Geri Kekomi   | Zenkutsu Dachi (gleiches Bein)                      |
| 9.  | Seitwärts                         | Yoko – Geri Keage / Kekomi  | Kiba Dachi (Kekomi 180° drehen)                     |
| 10. | Vorwärts                          | Mawashi – Geri / Gyaku - Zuki   | Zenkutsu Dachi                                      |
| 11. | Vorwärts                          | Ushiro – Geri / Gyaku - Zuki  | Zenkutsu Dachi                                      |
| 12. | Rückwärts                         | Uraken – Uchi Jodan (geschnappt)  | Zenkutsu Dachi                                      |
| 13. | Vorwärts<br>Vorwärts<br>Rückwärts | Jodan Soto Shuto - Uchi /<br>Mawate Empi /<br>Mawate Uchi Jodan Shuto - Uchi                              | Zenkutsu Dachi                                      |
| 14. | Vorwärts                          | Gyaku Mawashi – Geri  | Zenkutsu Dachi                                      |
| 15. | Vorwärts                          | Ura Mawashi – Geri  | Zenkutsu Dachi                                      |
| 16. | Vorwärts                          | Oi – Zuki Fudo Dachi / Sanshin Dachi Gyaku Ura Zuki /<br>Kizami Zuki Zenkutsu Dachi / Yoriashi Gyaku Zuki |   |

### Kata

Tokui Kata (Freikata) aus Jion, Bassai Dai, Empi oder Kanku Dai

Shitei Kata (Pflichtkata) aus Heian 1 – 5 und Tekki Shodan

### Kumite

Jiyu - Ippon Kumite:

Angriff Oi – Zuki Jodan Oi- Zuki Chudan Mae Geri Mawashi – Geri  
Ushiro - Geri

Block und Konter sind frei wählbar. Tai-Sabaki erlaubt – aber kein De-Ai erlaubt.

## 1. Dan

### Kihon

Jede Technik 5 mal ausführen

|     |                       |  |  |
|-----|-----------------------|--|--|
| 1.  | Vorwärts              | Tobikonde Sanbon - Zuki  | Zenkutsu Dachi (gleiten 1½ Schrittlänge)           |
| 2.  | Vorwärts              | Mawate – Uraken /<br>Gyaku – Zuki  | Zenkutsu Dachi                                     |
| 3.  | Rückwärts             | Age – Uke / Mae – Geri / Gyaku - Zuki  | Zenkutsu Dachi                                     |
| 4.  | Vorwärts              | Soto – Uke / Yoko – Empi /Uraken /<br>Gyaku – Zuki   | Zenkutsu- / Kiba- / Zenkutsu-Dachi                 |
| 5.  | Rückwärts             | Gedan Shuto – Uke /<br>Maeashi Mae – Geri / Nukite   | in Neko Ashi Dachi anschliessend<br>Zenkutsu-Dachi |
| 6.  | Vorwärts              | Uchi – Uke / Kizami- / Gyaku – Zuki<br>Yoseashi Kizami - Zuki  | Zenkutsu Dachi                                     |
| 7.  | Vorwärts              | Mae – Geri Chudan / Mae – Geri<br>Jodan (Nidan – Geri)   | Zenkutsu Dachi                                     |
| 8.  | Vorwärts              | Mae – Geri Chudan /<br>Yoko – Geri Kekomi  | Zenkutsu Dachi (gleiches Bein)                     |
| 9.  | Seitwärts             | Yoko – Geri Keage / Kekomi   | Kiba Dachi (Kekomi 180° drehen)                    |
| 10. | Vorwärts              | Mawashi – Geri / Gyaku - Zuki  | Zenkutsu Dachi                                     |
| 11. | Vorwärts              | Ushiro – Geri / Gyaku - Zuki   | Zenkutsu Dachi                                     |
| 12. | Vorwärts              | Doppel Shuto – Uchi Jodan<br>(von aussen, dann von innen)  | Zenkutsu Dachi                                     |
| 13. | Vorwärts              | Gyaku Mawashi – Geri   | Zenkutsu Dachi                                     |
| 14. | Vorwärts              | Ura Mawashi – Geri   | Zenkutsu Dachi                                     |
| 15. | Vorwärts<br>Seitwärts | Jodan Soto – Uke<br>Yoko Yoriashi Gedanbarai (um die Breite der Stellung versetzen)<br>Maeashi Mae - Geri / Gyaku – Zuki | Zenkutsu Dachi                                     |
| 16. | Vorwärts              | Oi – Zuki Fudo Dachi / Sanshin Dachi Gyaku Ura Zuki /<br>Kizami Zuki Zenkutsu Dachi / Yoriashi Gyaku Zuki                |  |

### Kata

Tokui Kata (Freikata) aus Jion, Bassai Dai, Empi oder Kanku Dai

Shitei Kata (Pflichtkata) aus Heian 1 – 5 und Tekki Shodan

### Kumite

Jiyu - Ippon Kumite:

Angriff Oi – Zuki Jodan      Oi- Zuki Chudan      Mae Geri      Mawashi – Geri  
Ushiro - Geri

Block und Konter sind frei wählbar. Tai-Sabaki erlaubt – aber kein De-Ai erlaubt.

## 2. Dan

### *Kihon*

Jede Technik 5 mal ausführen

- |    |                                      |  |              |
|----|--------------------------------------|--|--------------|
| 1. | Vorwärts                             | Tobikonde Kizami – Zuki / Oi – Zuki / Gyaku - Zuki | Jiyu – Kamae |
| 2. | Vorwärts                             | Gyaku Kizami Zuki / Gyaku Zuki                     | Jiyu – Kamae |
| 3. | Vorwärts                             | Kizami – Zuki / Mae – Geri / Oi - Zuki             | Jiyu – Kamae |
| 4. | Rückwärts<br>Vorwärts                | Age – Uke<br>Mawashi – Geri / Uraken / Oi – Zuki   | Jiyu – Kamae |
| 5. | Vorwärts                             | Ushiro – Geri / Uraken / Gyaku – Zuki              | Jiyu – Kamae |
| 6. | Vorwärts                             | Gyaku Mawashi – Geri                               | Jiyu – Kamae |
| 7. | Vorwärts                             | Ura Mawashi – Geri / Gyaku – Zuki                  | Jiyu – Kamae |
| 8. | Standübung                           | Mae-, Yoko Keage – Ushiro - Geri                   | Jiyu – Kamae |
| 9. | Distanzen-Kontrolle auf ein Ziel mit | Gyaku – Zuki                                       | Jiyu – Kamae |

### Kumite

Jiyu – Kumite oder Kaeshi Jiyu – Ippon Kumite

|         |  |                 |          |                |
|---------|--|-----------------|----------|----------------|
| Angriff | Oi – Zuki Jodan<br>Ushiro - Geri<br>(Partner mitbringen) | Oi- Zuki Chudan | Mae Geri | Mawashi – Geri |
|---------|--|-----------------|----------|----------------|

### *Kata*

Tokui Kata

Shitei Kata                      Jion, Bassai Dai, Empi oder Kanku Dai

## 3. Dan

### *Kihon*

Jede Technik 5 mal ausführen

- |    |            |   |              |
|----|------------|---|--------------|
| 1. | Vorwärts   | Kizami – Zuki / Gyaku – Zuki / Choku – Zuki /<br>Oi – Zuki / Gyaku – Zuki<br>(Gohon Renzoku Oi-Komi – 5 Tsukis 1 Schritt mit Yori-Ashi) | Jiyu – Kamae |
| 2. | Vorwärts   | Kizami – Zuki / Mae – Geri / Oi -Zuki   | Jiyu – Kamae |
| 3. | Vorwärts   | Age – Empi in Kokutsu-Dachi / Yoko – Empi in Kiba-Dachi /<br>Mawashi – Empi in Zenkutsu-Dachi (Stellungswechsel am Platz)               |              |
| 4. | Vorwärts   | Gyaku Mawashi – Geri / Mawashi – Geri<br>(Gleiches Bein)  | Jiyu – Kamae |
| 5. | Vorwärts   | Ura Mawashi – Geri / Gyaku – Zuki   | Jiyu – Kamae |
| 6. | Vorwärts   | Mae – Geri / Oi – Zuki / Mawashi – Geri / Uraken/<br>Ushiro – Geri / Gyaku – Zuki   | Jiyu – Kamae |
| 7. | Standübung | Mae-, Yoko-, Ushiro-; Mawashi - Geri  | Jiyu – Kamae |

### Kumite

Jiyu – Kumite oder Okuri Jiyu – Ippon Kumite

|         |  |                 |          |                |
|---------|--|-----------------|----------|----------------|
| Angriff | Oi – Zuki Jodan<br>Ushiro - Geri<br>(Partner mitbringen) | Oi- Zuki Chudan | Mae Geri | Mawashi – Geri |
|---------|--|-----------------|----------|----------------|

### *Kata*

Tokui Kata

Shitei Kata                    Jion, Bassai Dai, Empi oder Kanku Dai

## 4. Dan

### Kata

Tokui Kata

Shitei Kata            Tekki Nidan, Tekki Sandan, Bassai Dai, Jion, Empi, Kanku Dai,  
Jitte, Hangetsu

### Kumite

Jiyu – Kumite oder genaue Erklärungen zu Techniken zusammen mit einem Partner

### Weitere Anforderungen:

Der Prüfling muss alle Karate-Techniken beherrschen, versteht deren Prinzipien,  
kann diese anwenden und versteht es auch, diese zu unterrichten

## 5. Dan

### Kata

Tokui Kata

Shitei Kata                    Kanku Sho, Bassai Sho, Jiin, Wankan, Chinte, Unsu, Sochin  
Erklärungen über seine Tokui Kata abgeben können.

### Kumite

Jiyu – Kumite oder genaue Erklärungen zu Techniken zusammen mit einem Partner

### **Weitere Anforderungen:**

Der Prüfling muss ein außergewöhnliches karatetechnisches Niveau erreicht haben und entfaltet Originalität in seinem Karate. Es werden Fragen zu Karatetechniken gestellt.

## 6. Dan

### Kata

Tokui Kata

Shitei Kata Nijushiho, Gojushiho Sho, Gojushiho Dai, Tekki Nidan, Tekki Sandan, Jion, Empi, Kanku Dai, Bassai Dai, Jitte, Gangaku, Kanku Sho, Bassai Sho, Jiin, Wankan, Chinte, Unsu, Sochin, Meikyo  
Erklärungen über seine Tokui Kata abgeben können.

### Kumite

Jiyu – Kumite oder genaue Erklärungen zu Techniken zusammen mit einem Partner

### Weitere Anforderungen:

Der Prüfling muss ein außergewöhnliches Niveau erreicht haben sowohl technisch wie auch gefühlsmäßig. Es werden Fragen zu Karatetechniken gestellt.

## 7. Dan

Kata

Frei

## 8. Dan

Frei

### **Weitere Anforderungen:**

Der Prüfling muss ein außergewöhnliches Niveau erreicht haben sowohl technisch wie auch gefühlsmäßig und verschreibt sich, diese immer wieder zu trainieren.  
Erklärungen zu Techniken unterstützt durch schriftlich formulierte Thesen.



## Zulassungsanforderungen zu Prüfungen

| Prüfung | Karate-Praxis      | Mindestalter |
|---------|--------------------|--------------|
| 8. Kyu  | 3 Monate           | -            |
| 7. Kyu  | 3 Monate ab 8. Kyu | -            |
| 6. Kyu  | 3 Monate ab 7. Kyu | -            |
| 5. Kyu  | 3 Monate ab 6. Kyu | -            |
| 4. Kyu  | 3 Monate ab 5. Kyu | -            |
| 3. Kyu  | 3 Monate ab 4. Kyu | -            |
| 2. Kyu  | 3 Monate ab 3. Kyu | -            |
| 1. Kyu  | 3 Monate ab 2. Kyu | -            |
| 1. Dan  | 6 Monate ab 1. Kyu | -            |
| 2. Dan  | 2 Jahre ab 1. Dan  | 18 Jahre     |
| 3. Dan  | 3 Jahre ab 2. Dan  | 21 Jahre     |
| 4. Dan  | 4 Jahre ab 3. Dan  | 25 Jahre     |
| 5. Dan  | 20 Jahre*          | 35 Jahre     |
| 6. Dan  | 26 Jahre*          | 41 Jahre     |
| 7. Dan  | 33 Jahre*          | 48 Jahre     |
| 8. Dan  | 41 Jahre*          | 56 Jahre     |

\* Effektive Karate-Praxis, ohne Unterbrüche