

9. Kyu – weißer Gürtel

| Pflichtteil | | Wahlteil (wird vom Prüfer festgelegt) | | |
|-----------------|-------|---------------------------------------|--|--|
| Kata | Kihon | | Bunkai | Kumite |
| Taikyoku Shodan | 1 | ZK v Oi-Tsuki-Jodan | 1 Ablauf in Anwendung mit Partner (2-mal) | Angriff: YA Kizami-Zuki Der Angriff wird 2-mal rechts und 2-mal links ausgeführt Abwehr: YA Te-Nagashi-Uke (Ausgangsstellung wie Angreifer) |
| | 2 | ZK v Age-Uke | | |
| | 3 | ZK v Soto-Ude-Uke | | |
| | 4 | ZK v Gedan-Barai | | |
| | 5 | ZK v Mae-Geri | | |

Anmerkungen:

ZK = Zenkutsu-Dachi

v = Technik im Vorwärtslaufen

YA = Yori-Ashi (Gleitschritt, bei dem sich das in der Bewegungsrichtung liegende Bein zuerst bewegt).

8. Kyu – gelber Gürtel

| Pflichtteil | | Wahlteil (wird vom Prüfer festgelegt) | | |
|--------------|-------|---------------------------------------|---|---|
| Kata | Kihon | Bunkai | Kumite | |
| Heian Shodan | 1 | ZK v Oi-Tsuki-Jodan | 2 Abläufe in Anwendung mit Partner (2-mal) | 1. Angriff: YA Kizami-Zuki 2. Angriff: YA Yoko-Uraken-Uchi Beide Angriffe 2-mal rechts 2-mal link 1. Abwehr: YA Te-Nagashi-Uke (Ausgangsstellung wie Angreifer) 2. Abwehr: YA Te-Nagashi-Uke (Ausgangsstellung spiegelbildlich zum Angreifer) Gegenangriff jeweils: Gyaku-Zuki |
| | 2 | ZK v Yoko Uraken Uchi | | |
| | 3 | ZK v Gyaku-Tsuki-Chudan | | |
| | 4 | ZK r Age-Uke | | |
| | 5 | ZK r Soto-Ude-Uke | | |
| | 6 | ZK r Gedan-Barai | | |
| | 7 | KK v Shuto-Uke | | |
| | 8 | ZK v Mae-Geri | | |

Anmerkungen:

ZK = Zenkutsu-Dachi

KK = Kokutsu-Dachi

v = Technik im Vorwärtslaufen

r = Technik im Rückwärtslaufen

YA = Yori-Ashi (Gleitschritt, bei dem sich das in der Bewegungsrichtung liegende Bein zuerst bewegt).

7. Kyu – oranger Gürtel

| Pflichtteil | | Wahlteil (wird vom Prüfer festgelegt) | | |
|-------------|-------|---|---|---|
| Kata | Kihon | Bunkai | Kumite | |
| Heian Nidan | 1 | ZK v Sanbon-Zuki | 2 Abläufe in Anwendung mit Partner (2-mal) | 1. Angriff: YA Kizami-Zuki 2. Angriff: YA Gyaku Tsuki 3. Angriff: Mae Geri (hinteres Bein) Alle Angriffe 2-mal rechts 2-mal link 1. Abwehr: YA Te-Nagashi-Uke (Ausgangsstellung wie Angreifer) 2. Abwehr: YA Gedan Barai 3. Abwehr: YA Gedan Barai Gegenangriff jeweils: Gyaku-Zuki |
| | 2 | ZK r Age-Uke/ Gyaku-Tsuki-- Chudan | | |
| | 3 | ZK r Soto-Ude-Uke/ Gyaku-Tsuki-- Chudan | | |
| | 4 | ZK r Gedan-Barai / Gyaku-Tsuki-- Chudan | | |
| | 5 | ZK v Uchi-Uke | | |
| | 6 | KK r Shuto-Uke | | |
| | 7 | ZK v Nagashi Uke Gedan | | |
| | 8 | ZK v Mae-Geri | | |
| | 9 | KB v (hinten Übersetzen) Yoko- Geri Kekomi (vorderes Bein) | | |

Anmerkungen:

ZK = Zenkutsu-Dachi

KK = Kokutsu-Dachi

KB = Kiba Dachi

v = Technik im Vorwärtslaufen

r = Technik im Rückwärtslaufen

YA = Yori-Ashi (Gleitschritt, bei dem sich das in der Bewegungsrichtung liegende Bein zuerst bewegt).