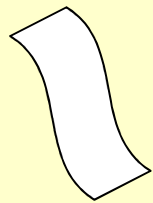


Schwerpunkte der Ausbildung und Prüfungsanforderungen für Kyu-Prüfungen

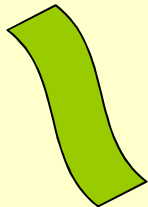
orientieren sich an den Phasen des motorischen Lernverlaufs,



Unterstufe 9 - 7. Kyu
Grundform



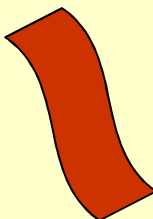
Grundform: die Grundstruktur ist erkennbar, Luxusbewegung verkrampt



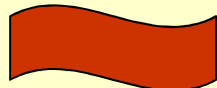
Mittelstufe 6 - 4. Kyu
Feinform



Feinform: ohne Luxusbewegung jedoch konzentriertes Üben



Oberstufe 3 - 1. Kyu
Feinstform



Feinstform: automatisierte Bewegung, Stabilisierung, variable Verfügbarkeit

Unterstufe 9 - 7. Kyu

Grundform

Grundform der Technik

Korrekte Technik

Korrekte Ausholbewegung

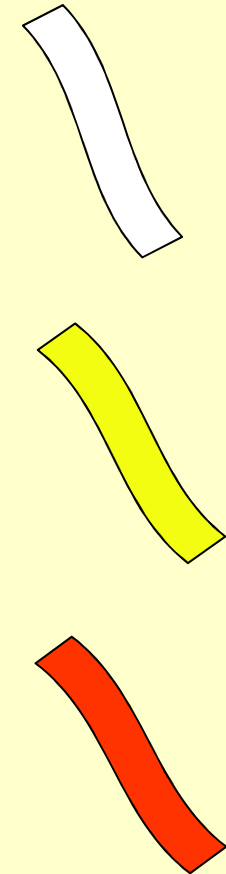
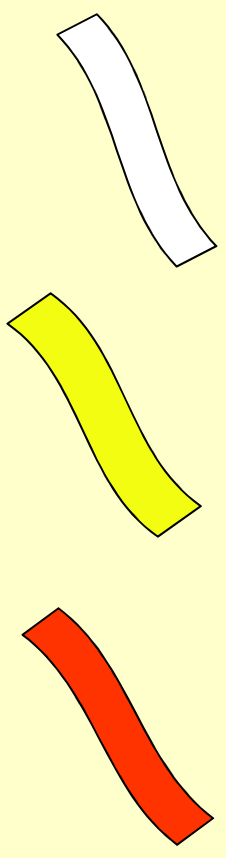
Aufrechte Körperhaltung

Ansätze innerer u. äußerer Spannung

Kontrollierte Kunitetechnik

Korrektur Kataablauf

Verständnis der Katatechnik



Mittelstufe 6 - 4. Kyu

Feinform

Feinform der Technik

Kombination ohne
Verschlechterung der Einzeltechnik

Bewegungsrhythmus

bewusster Hüfteinsatz

Standfestigkeit

Atemtechnik

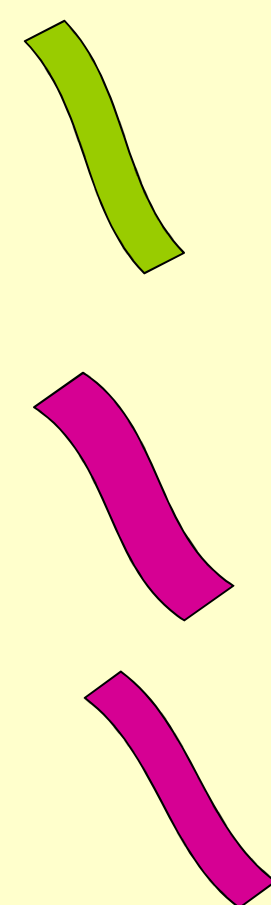
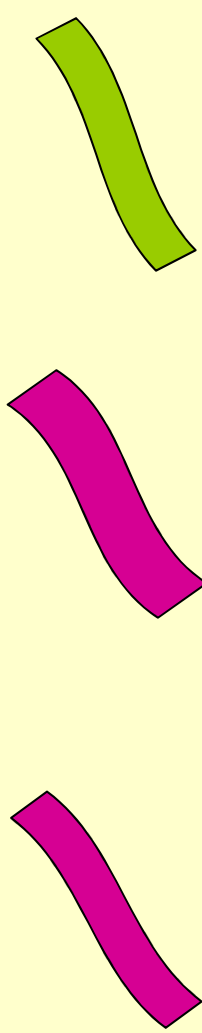
Kime

Kampfgeist

Respekt vor dem Partner

Rhythmische Kata

Verständnis für Bunkai





Oberstufe 3 - 1.Kyu

Feinstform

Feinstform der Technik

Schwierige Kombinationen
mit

Qualität in der Einzeltechnik

Rhythmus in der Verbindung

Standfestigkeit

Ausdauer

Kumite:

exakte Technik

Kontrolle

Kampfgeist

