

## 2. Kyu (Jion)

### **Kihon**

6-8 Techniken oder Komb. aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers

je 3-5 x

1. ⇒ Kakiwake uke (ZK) / Mae Geri (hinten absetzen) / Gyaku Tsuki / Oi Tsuki / Gyaku Tsuki
2. ⇐ (Suri-Ashi) Teishô Uchi (ZK) / ⇒ Teichô uchi (KB) / Gyaku Tsuki (ZK)
3. ⇒ Oi zuki (ZK) ⇐ (Suri Ashi) Manji Uke (KK) / Kagi Tsuki (KB)
4. ⇒ Oi Tsuki (ZK) / ⇐ Morote Uchi Uke (ZK) / ⇒ v Jiju Uke/Uraken/Uraken (ZK)  
(Sequenz. aus Kata)
5. ⇒ Mawashi Geri/Gyaku Tsuki (ZK)
6. ⇒ v Oi Tsuki (ZK) / ⇐ Uchi Uke (ZK) / ⇒ Ushiro Geri

### **Bunkai**

Fünf Katatechniken in Anwendung mit Partner

#### Angriff:

1. ZK ⇒ re. Oi Tsuki ch
2. ZK ⇒ re. Mae Geri / Oi Tsuki j
3. ZK ⇒ re. Mae Geri (zurück absetzen) / v Mae Geri / Oi Tsuki ch
4. ZK ⇒ re. Mae Geri / Oi Tsuki ch
5. ZK ⇒ re. Oi Tsuki j
6. ZK ⇒ li. Oi Tsuki ch

#### Abwehr:

1. ZK ⇐ (Suri-Ashi) Soto Uke / Uchi Uke / (vorderes Bein ranziehen) Mae Geri / Gyaku Uraken
2. ZK ⇐ (Suri-Ashi) Gedan Barai / Age Uke / ⇒ (greifen) Empi od. Teisho Uchi (ZK)
3. KD ⇒ Gedan Jiju Uke / ⇐ (Suri Ashi) Gedan Barai (ZK) / Soto Uke / Uchi Uke / Hiza Geri / Otochi Empi
4. ZK ⇐ (Suri Ashi) Gedan Barai / selbe Arm Teisho Uchi / ⇒ Teisho Uchi (KB)
5. KK ⇐ (Suri-Ashi) Manji Barai (Block j Tsuki mit re. Arm) / Gedan Barai als Angriff auf Oberschenkel/Genitalien/umsetzen in KB Kagi Tsuki
6. v Bein ranziehen (im Stand) Block re. offene Hand (Shuto)/greifen und Oi-Tsuki od. Tetsui Uchi re. in KB

je 3-5 x langsam und schnell

## **Kumite**

*Basistechniken Kumite aus dem freien Steppen mit Partner:  
Kombinationen - Zwei Angriffsaktionen in Folge. Fußfegetechniken mit Folgeaktion;*

*Es sind jeweils zwei unterschiedliche Techniken zu zeigen:*

### **2 x Fausttechnik/ Fausttechnik**

1. Angriff:  
Abwehr:
2. Angriff:  
Abwehr:

### **2 x Fausttechnik/Fußtechnik**

1. Angriff:  
Abwehr:
2. Angriff:  
Abwehr:

### **1 x Fußtechnik/Fausttechnik**

1. Angriff:  
Abwehr:

### **1 x Fußtechnik/Fußtechnik**

1. Angriff:  
Abwehr:

### **2 x Fußfegetechniken (keine Würfe)**

1. Angriff:
2. Abwehr:

1-3x Randori oder Shiai

*je Seite 3-5 x langsam und schnell*

## **SV**

*Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:*

- Würgertechnik von vorne
- beliebiges Greifen
- beliebige Körperumklammerung
- Kombination Faustschläge
- beliebigen Fußtritt mit dem vorderen Bein
- Stockangriff von oben
- Stockangriff von außen

*Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Alle gezeigten Schlag und Tritttechniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden*

*je 3-5 x langsam und schnell*