

Name	zum	Kihon	Katas					Bunkai	Kumite
	1. Kyu	6-8 Techniken oder Kombinationen aus den gezeigten Katas oder in Bezug zu den gezeigten Katas nach Ansage Prüfer, 3-5 mal	Kanku Dai					6 Katasequenzen aus den Pflichtkatas in Anwendung mit Partner	-----

Kihon aus chudan kamae	Kata	Technik/Kombination
1. Technik/Kombination	Kanku Dai	r Suri Ashi Tate Shuto Uke (Zk) v Empi j/Gyaku-Tsuki (Zk)
2. Technik/Kombination	Kanku Dai	r Shuto Uke (gedan) v Shuto Uke/Gyaku Shuto-Uchi
3. Technik/Kombination	Kanku Dai	r Suri-ashi Nagashi-Uke v Yoko Geri keage
4. Technik/Kombination	Kanku Dai	r Suri Ashi Uchi Ude Uke (Zk) v Suri Ashi Gyaku-Tsuki/Ura-Mawashi Geri (hi. Bein) (Zk)
5. Technik/Kombination	Kanku Dai	r Suri ashī Age shuto uke /Jōdan shutō uchi (zk) v Mae geri / Gayku zuki (zk)
6. Technik/Kombination	Kanku Dai	v Yoko geri / Jōdan uraken uchi (zk) v Chūdan Gyaku empi uchi (zk)
7. Technik/Kombination	Kanku Dai	r Suri ashī Shutō uchi / Gyaku haitō uchi (zk) v Mawashi geri / Gyaku zuki (zk)
8. Technik/Kombination	Kanku Dai	v Oi zuki (zk) r Suri Ashi Otoshi uke (Neko Ashi Dachi) v im Stand Gyaku nukite (zk)

Bunkai	Kata	Angriff	Abwehr
1. Sequenz	Kanku Dai	links vorn chūdan kamae: v Oi zuki chudan (zk)	r Suri Ashi Tate Shuto Uke / Gyaku Tsuki (dabei mit anderer Hand Arm des Gegners festhalten) / gleicher Arm Gyaku-Uchi Uke (Arm brechen/Ellenbogen);(ggf. noch Ashi Barai mit re. Bein, Gegner fixieren/Gyaku-Tsuki)
2. Sequenz	Kanku Dai (Video 1:30)	links vorn chūdan kamae: v Oi zuki jōdan (zk)	(re. vorn): v. Bein Yoko-Geri, absetzen in Yoko-Empi; gegnerischen Arm mit re. Arm umgreifen; mit li. Bein v. und fegen, dabei li. Arm am Hals des Gegners/Nukite zum Hals (Gegner am Boden)
3. Sequenz	Kanku Dai	links vorn chūdan kamae: v Oi zuki jōdan (zk)	r Suri ashī Age shuto uke / greifen shutō uchi Schrittwechsel Mae geri uraken (Manji uke) oder zuki
4. Sequenz	Kanku Dai	rechts vorn chūdan kamae: v. Mae-Geri	r gedan shuto uke (kk) v chūdan shuto uke (kk) / ashi barai
5. Sequenz	Kanku Dai (Video 4:50)	im Stand, rechts leicht vorn: r. v. mit Uraken und anschließend von außen Tetsui-Uchi ch	(li. vorn): rückwärts abtauchen (Abwehr Uraken), Aufstehen/Block Gedan-Barai (gegen Tetsui-Uchi), li. Bein dabei ranziehen; re. Hand umgreift Handgelenk und Hebel auf andere Seite (re. v.); fixieren/Handgelenk umbiegen
6. Sequenz	Kanku Dai	rechts vorn chūdan kamae: v Oi zuki jōdan (zk)	r Suri Ashi Tate Shuto Uke (Zk) / v Arm greifen / Empi (Kb) / mit li. Arm ziehen / re. Gedan Barai zum Körper / Ashi Barai v. Bein / Gyaku Tsuki
7. Sequenz	Kanku Dai (Video 3:00)	links vorn chūdan kamae: v Oi zuki jōdan (zk)	(li. vorn): v. Bein Yoko-Geri/Uraken-Uchi als Block gegen Oi-Tsuki; absetzen Gyaku-Empi (li. v.); mit re. Arm Angriffsarm umhebeln und fixieren/mit re. Yoko-Geri zum Knie (Kehle)/Gyaku-Empi zum Nacken/Hals umklammern (li. Arm hi./re. Arm v.)