

Kyu-Prüfungsprogramm der Stilrichtung Wado-Ryu

Einleitendes:

Bei keiner besonderen Erwähnung sind alle Fuß- und Fausttechniken mindestens auf der Chudanstufe auszuführen. Sind keine Wendungstechniken erwähnt, sind sie nach Ansage der Prüfer auszuführen.

Die Prüfer können Techniken aus vorangegangenen Gürtelgraden abfragen.

Die Prüfer im GTV sind:

Manfred Schramm 6. Dan Wado-Ryu, 3. Dan Kyusho Jitsu, A-Trainer und A-Prüfer

Uli Hillebrandt 3. Dan Wado-Ryu, A-Trainer und B-Prüfer

9. Kyu - Weißgurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Junzuki - Mawate Jodan Uke
2. Gyakuzuki - Mawate Gedan Barai
3. Maegeri - Mawate Kamaete
4. Tachi Kata (Fußstellungen)

8. Kyu - Gelbgurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Junzuki - Mawate Jodan Uke
2. Gyakuzuki - Mawate Gedan Barai
3. Maegeri - Mawate Kamaete
4. Surikomi Maegeri - Mawate Kamaete

Renzoku Waza - Kombinationen

1. Maegeri - Gyakuzuki
2. Surikomi Maegeri - Gyakuzuki

Kata

1. Pinan Nidan

7.Kyu - Orangegurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Junzuki No Tsukomi
2. Gaykuzuki No Tsukomi
3. Maegeri
4. Mawashigeri
5. Shuto Uke
6. Jodan Uke
7. Gedan Barai

Renzoku Waza - Kombinationen

1. Maegeri - Mawashigeri - Gyakuzuki
2. Surikomi Maegeri - Gyakuzuki - Mawashigeri

Kata

1. Pinan Shodan

Ipponkumite

Rechts und Links:

1. Angriff: Junzuki - Abwehr: Uchi Uke - Konter: Gyakuzuki
2. Angriff: Maegeri - Abwehr: Uchi Harai Uke - Konter: Gyakuzuki

6. Kyu - Grüngurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Tobikomizuki
4. Kette Tobikomizuki
5. Surikomi Mawashigeri
6. Sokuto Fumikomi
7. Sokuto

Renzoku Waza - Kombinationen

1. Maegeri - Sokuto Fumikomi - Gyakuzuki
2. Surikomi Maegeri - Sokuto - Gyakuzuki
3. Maegeri - Junzuki Chudan - Sokuto
4. Maegeri - Junzuki Jodan - Surikomi Sokuto

Kata

1. Pinan Sandan

Ipponkumite

Rechts und Links:

1. Angriff: Tsuki Jodan - Abwehr: Soto Uke - Konter: Gyakuzuki
2. Angriff: Sokuto Chudan - Abwehr: Soto Harai Uke - Konter: Gyakuzuki

Ohyo Kumite

1. Ipponme

Jiyu Kumite

5. Kyu - Blaugurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Nagashizuki
6. Ushirogeri
7. Sokuto
8. Maetobigeri

Renzoku Waza - Kombinationen

1. Mawashigeri - Ushirogeri - Gyakuzuki
2. Surikomi Sokuto Fumikomi - Ushirogeri - Uraken Jodan
3. Jodan Uke - Maegeri - Tobikomizuki Jodan

Kata

1. Pinan Yodan

Ipponkumite

1. Verteidigung gegen Ushirogeri - Abwehr und Konter frei
2. Verteidigung mit Nagashizuki - Angriff frei

Ohyo Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme

Kihon Kumite

1. Ipponme

Selbstverteidigung

Nahkampf:

Techniken am Partner: 1. Urazuki, 2. Tatezuki, 3 Enpi, 4. Hizageri

Jiyu Kumite

4. Kyu - Violettgurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Nagashizuki
6. Mawashigeri
7. Ushirogeri
8. Sokuto
9. Ushiromawashigeri

Renzoku Waza - Kombinationen

1. Nagashizuki Jodan - Mawashigeri - Ushirogeri - Maehizageri - Uchi Uke - Gyakuzuki
2. Tobikomizuki Jodan - Maegeri - Soto Uke Jodan - Gyakuzuki
3. Junzuki No Tsukomi - Mawashigeri - Hizageri - (Yoko Kibadachi) - Enpi Uchi Chudan

Kata

1. Pinan Godan

Ipponkumite

Verteidigung gegen Ushiromawashigeri - Abwehr und Konter frei

Ohyo Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme

Kihon Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme

Selbstverteidigung

Gegen Klammern von vorn, Seite, hinten (Arme frei lassen).
Festhalten der Handgelenke mit einer und zwei Händen.

Jiyu Kumite

3. Kyu - Braungurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Tobikomizuki
6. Nagashizuki
7. Mawashigeri
8. Ushirogeri
9. Sokuto
10. Ushiromawashigeri

Renzoku Waza - Kombinationen

1. Surikomi Ushirogeri - Enpi Uchi Ushiro - Tettsui Uchi (Kiba Dachi) - Uraken Jodan (Nekoashi Dachi) - Gyakuzuki
2. Surikomi Maeageri - Sokuto Fumikomi - Ushirogeri - Uraken Jodan
3. Surikomi Maeageri - Surikomi Mawashigeri - Surikomi Maetobigeri - Tettsui Uchi

Kata

1. Kushanku

Ohyo Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme

Kihon Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme

Demonstration

Selbstverteidigung: Gegen Umklammerung von Körper und Armen von vorn, seitwärts und hinten. Gegen Würger mit langem Arm von vorn, Seite, hinten oder wahlweise zur Selbstverteidigung, Kata Bunkai oder Freikampf

Jiyu Kumite

2. Kyu - Braungurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Nagashizuki
6. Surikomi Mawashigeri
7. Surikomi Sokuto
8. Ushirogeri
9. Maetobigeri

Renzoku Waza - Kombinationen

1. Surikomi Maegeri - Nagashizuki Jodan - Mawashigeri
2. Surikomi Sokuto - Uchi Uke (Kiba Dachi) - Urazuki Chudan - Gedan Barai - Maegeri
3. Zenshinshite Jodan/Chudan Renzuki - Maegeri - Nagashizuki Jodan - Gyakuzuki - Mawashigeri

Kata

1. Naihanchi

Ohyo Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme
5. Gohonme

Kihon Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme

Demonstration

Selbstverteidigung: Gegen Würger von vorn, Seite, hinten mit gekrümmtem Arm.
Gegen Schwitzkasten, gegen am Kragen eine Hand, zwei Hände fassen oder
wahlweise zur Selbstverteidigung, Kata Bunkai oder Freikampf

Jiyu Kumite

1. Kyu - Braungurt

Kihon Tsuki & Keri - Grundtechniken

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Nagashizuki
6. Surikomi Mawashigeri
7. Mawashigeri
8. Ushirogeri
9. Surikomi Sokuto

Renzoku Waza - Kombinationen

1. Maegeri - Sokuto - Ushirogeri - Uraken Jodan - Gyakuzuki
2. Surikomi Jodan/Chudan Renzuki - Surikomi Maegeri - Mawashigeri - Uraken Jodan

Kata

1. Kushanku
2. Naihanchi

Ohyo Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme
5. Gohonme

Kihon Kumite

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme
5. Gohonme

Demonstration

Demonstration von fünf Selbstverteidigungssituationen oder wahlweise zur Selbstverteidigung, Kata Bunkai oder Freikampf

Jiyu Kumite