

Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN



Weiß–Gelber Gürtel (9. Kyu)

a) Kihon

- Tsuki
- Gedan barai
- Uchi uke
- Tettsui uke
- Mae Geri

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
- Greifen des Handgelenkes
- Kopfschutzhelm

c) Kata

bis 6 Jahre: Pinan Nidan, bis zur Hälfte (zusammen)

6 – 8 Jahre: Pinan Nidan, ganz (zusammen)

ab 10 Jahre: Pinan Nidan (selbständig)

Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN



Gelber Gürtel (8. Kyu)

a) Kihon

- Grundtechniken
- Mae mae geri
- Shuto

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
- Greifen des Handgelenkes
- Schupsen
- Kopfschutzhelm

c) Kata

bis 6 Jahre: Pinan Nidan, bis zur Hälfte (zusammen)

6 – 8 Jahre: Pinan Nidan, ganz (selbständig)

ab 10 Jahre: Pinan Nidan (selbständig)

Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

Oranger Gürtel (7. Kyu)

a) Kihon

- Grundtechniken
- Technikkombinationen

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
- Greifen an Schulter
- Schupsen
- Kopfschutzhelm
- Greifen des Handgelenkes

c) Kata

bis 6 Jahre: Pinan Nidan, bis zur Hälfte (zusammen)

6 – 8 Jahre: Pinan Nidan, ganz (zusammen)

ab 10 Jahre: Pinan Nidan (zusammen)

**KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN**



Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

Grüner Gürtel (6. Kyu)

a) Kihon

- Grundtechniken
- Technikkombinationen
- Kumitekombinationen

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
- Greifen an Schulter
- Schupsen
- Kopfschutzhelm
- in die Haare greifen
- Greifen des Handgelenkes

c) Kata

alle Altersklassen: Pinan Nidan (selbständig) + Hoke Kumite

KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN



Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN



Blauer Gürtel (5. Kyu)

a) Kihon

- Grundtechniken
- Technikkombinationen
- Kumitekombinationen

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
- Greifen an Schulter
- Schupsen
- Kopfschutzhelm
- in die Haare greifen
- Greifen des Handgelenkes

c) Kata

alle Altersklassen: Pinan Shodan (selbständig) + Hoke Kumite

Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN



Violetter Gürtel (4. Kyu)

a) Kihon

- Grundtechniken
- Technikkombinationen
- Kumitekombinationen

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
- Greifen an Schulter
- Schupsen
- Kopfschutzhelm
- in die Haare greifen
- Greifen des Handgelenkes

c) Kata

alle Altersklassen: Pinan Shodan (selbständig) + Hoke Kumite

Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN



Brauner Gürtel (3. Kyu)

a) Kihon

- Grundtechniken
- Technikkombinationen
- Kumitekombinationen

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
 - Greifen an Schulter
 - Schupsen
 - Kopfschutzhelm
 - in die Haare greifen
 - Greifen des Handgelenkes
- Befreien aus Bodenkampf
 - Wegziehen
 - Wegtragen
 - Stresstest

c) Kata

alle Altersklassen: Naihanchi shodan, Matzukase, Juroku

alle Altersklassen: Pinan Nidan

Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN



Brauner Gürtel (2. Kyu)

a) Kihon

- Grundtechniken
- Technikkombinationen
- Kumitekombinationen

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
- Greifen an Schulter
- Schupsen
- Kopfschutzhelm
- in die Haare greifen
- Greifen des Handgelenkes
- Befreien aus Bodenkampf
- Wegziehen
- Wegtragen
- Stresstest

c) Kata

alle Altersklassen: Bassai dai + Bunkai (2x)

alle Altersklassen: Tensho + Bunkai (2x)

alle Altersklassen: alle Pinan Katas

Anforderung der Gürtelprüfung im März 2022

KAMPF
KUNST
ZENTRUM
BUCHIN



Brauner Gürtel (1. Kyu)

a) Kihon

- Grundtechniken
- Technikkombinationen
- Kumitekombinationen

b) Selbstverteidigung

- Greifen von hinten
- Greifen an Schulter
- Schupsen
- Kopfschutzhelm
- in die Haare greifen
- Greifen des Handgelenkes
- Befreien aus Bodenkampf
- Wegziehen
- Wegtragen
- Stresstest

c) Kata

alle Altersklassen: Kosokundai + Bunkai (2x)

alle Altersklassen: Matsukaze + Bunkai (2x)

alle Altersklassen: alle Pinan Katas