

**Prüfungsprogramm KLVMV
Stand 15.11.2016**

Prüfungsinhalte 2. Dan Senioren ab 30 Jahre



Vorbereitung : Wartezeit 2 Jahre, beginnend mit der Prüfung zum 1. Dan. Einreichung der selbsterstellten Kata in grafischer Form. Erläuterung und grafische Darstellung der Katabunkai.

Teilnahme als Beisitzer für Kyuprüfungen innerhalb der letzten 12 Monate.

Kihon :

- 1.) Sanbon Zuki, Mawashi Geri, Uraken Uchi, Gyaku Zuki (1 x li/re)
- 2.) Soto Uke, Kizami Mae Geri, Yoko Geri kekomi, Ushiro Geri, Haito Uchi, Gyaku Shuto Uchi, Gedan Uke, Ura Mawashi Geri, Uraken Uchi, Gyaku Zuki, Kizami Zuki, Oi Zuki (1 x li/re)
- 3.) Wahl der Kombination und Umfang wird von der Prüfungskommission festgelegt. (max. 6 Techniken)
- 4.) Ausführung von Zuki auf Makiwara (Oi, Kizami, Gyaku) (3 x li/re)
- 5.) Ausführung von Uchi auf Makiwara (Uraken, Shuto) (3 x li/re)
- 6.) Ausführung von Geri auf Makiwara (Mae, Yoko, Mawashi, Ura Mawashi, Ushiro) (3 x li/re)

Kata :

- 1.) Kata von 20 Kombinationen (mind. 40 Techniken) (10 x Bunkai)
- 2.) Heian Nidan (von der letzten zur ersten Technik)
- 3.) Tekki Nidan (2xBunkai)
- 4.) Tekki Sandan (2xBunkai)
- 5.) Kushanku (Itosu oder Kuniyoshi) (2xBunkai)
- 6.) Jion (2xBunkai)
- 7.) Empi (2xBunkai)
- 8.) Hangetsu (2xBunkai)
- 9.) Seishan
- 10.) eine aus Pinan Shodan, Pinan Nidan, Pinan Sandan, Pinan Yondan, Pinan Godan

Kumite :

Kumite Kata Azato 1 – 23