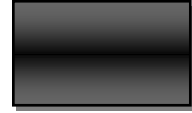


**Prüfungsprogramm KLVMV
Stand 15.11.2016**

Prüfungsinhalte 3. Dan Jugend



Vorbereitung : Wartezeit 3 Jahre, beginnend mit der Prüfung zum 2. Dan. Einreichung der selbsterstellten Kata in grafischer Form. Erläuterung und grafische Darstellung der Katabunkai.

Teilnahme als Beisitzer für Kyu- oder Danprüfungen innerhalb der letzten 12 Monate.
Trainer C Lizenz.

Kihon:

- 1.) Kizami Zuki, Gyaku Zuki, Oi Zuki, Gyaku Zuki (4 x li/re)
- 2.) Mae Geri chudan - jodan, Yoko Geri chudan - jodan, Mawashi Geri chudan - jodan, Ura Mawashi Geri chudan - jodan, Ushiro Geri chudan – jodan (1 x li/re)
- 3.) Mae Geri, Yoko Geri, Mawashi Geri, Ura Mawashi Geri, Ushiro Geri, 180° Wendung mit Kizami Mawashi Geri Tobi Geri (kurze Schritte / Kombination ca. 1 Meter, keine Mae oder Yoko Tobi Geri) (1 x li/re)
- 4.) Wahl einer Kombination durch die Prüfungskommission (max. 6 Techniken)

Kata :

- 1.) Kata von 30 Kombinationen (mind. 60 Techniken) (15 x Bunkai)
- 2.) Heian Sandan (von der letzten zur ersten Technik)
- 3.) Bassai Sho (2 x Bunkai)
- 4.) Kanku Sho (2 x Bunkai)
- 5.) Jitte (2 x Bunkai)
- 6.) Sochin (2 x Bunkai)
- 7.) Gangaku (2 x Bunkai)
- 8.) Chinte (2 x Bunkai)
- 9.) Chinto
- 10.) eine aus Pinan Shodan, Pinan Nidan, Pinan Sandan, Pinan Yondan, Pinan Godan
- 11.) Eine der folgenden Kata, und deren Bunkai: Seipai, Seienchin, Shisochin oder Kururunfa

Kumite :

Kumite Kata Azato 1 - 23