Deutscher
Karate Verband e.V.

Offene Stilrichtung



Prüfungsprogramm für Erwachsene

Stand Januar 2003

Erläuterungen zum Prüfungsprogramm

Das Prüfungsprogramm für die offene Stilrichtung ist ein neuer Entwurf, mit dem verschiedene Zielgruppen und Entwicklungsstufen (Kinder-Erwachsene) im Deutschen Karate Verband berücksichtigt werden. Es bietet die Möglichkeit der Differenzierung, durch ein Kinderprüfungsprogramm, auf der Grundlage des „Multimedia-Karate“ und ein Erwachsenenprüfungsprogramm mit einem Pflichtteil und mehreren Wahlteilen.

Im stilrichtungsübergreifenden Prüfungsprogramm wird die Kata als grundlegendes Element im Karate betrachtet. Das Üben der Kata dient zum Erlernen der zentralen Bewegungs- und Technikmuster. Die Wahlteile ergänzen dieses wichtige Element, um den heutigen Anforderungen, die an unseren Sport gestellt werden, gerecht zu werden. Hierzu gehört ein methodischer sinnvoller langfristiger Aufbau im Kumite, der eine grundlegende Voraussetzung für die erfolgreiche Teilnahme im Wettkampfsport ist, ebenso wie die Selbstverteidigung, die als weiteres wichtiges Element des Karate wieder in das Prüfungsprogramm hinzugenommen wurde. Hier wurde auf eine sinnvolle Abfolge von festgelegten zu freien Angriffen und von einfachen zu komplexen Aufgaben geachtet.

Die Prüfung besteht aus einem Pflichtteil mit der Vorführung der Kata und Techniken aus der Kata in Kihonform. Im Anschluss daran muss **ein** Wahlteil gezeigt werden. Dieser wird in der Unterstufe vom Trainer festgelegt. In der Mittelstufe bestimmte der Prüfling in Absprache mit dem Trainer den Wahlteil. In der Oberstufe legt der Prüfling den Wahlteil selbst fest.

Zur Dan-Prüfung kann der Prüfling einen Partner mitbringen.
Gegebenenfalls sind die Techniken erst langsam und dann schnell zu zeigen.
Zum 3. Dan wird im Wahlteil Katabunkai die dritte Kata vom Prüfer gewählt.

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	**Wahlteil**		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
In dem Pflichtteil wird **die Kata der jeweiligen Stilrichtung**, entsprechend der Graduierung gezeigt. Anschließend bestimmt der Prüfer Einzeltechniken und/oder Kombinationen aus der Kata, die dann vom Prüfling gezeigt werden.	Im Katabunkai sind Einzeltechniken, Kombinationen oder Sequenzen (zusammenhängende Abschnitte) aus der Kata in Anwendung mit Partner zu zeigen. **Diese werden vom Prüfer bestimmt!**	Im Kumite ist die wettkampfmäßige Ausführung der Karatetechniken gefordert. In der Unterstufe erfolgt die Ausführung aus dem festen Stand. Ab der Mittelstufe aus dem Steppen. **Alle Kumitetechniken werden am Partner gezeigt!** Die aufgeführten Techniken müssen gezeigt werden. Ab dem 6. Kyu ist die Abwehr/Kontertechnik frei. Das Wettkampf-Shiai ab dem 5.Kyu (Blaugurt) erfolgt nach den gültigen Wettkampfregeln. (Faustschutz/ Zahnschutz/ etc.) **Ab 1. Dan muss der Prüfling auch als Kampfrichter fungieren ! Kenntnis der Wettkampfregeln in Theorie und Praxis**	In der Selbstverteidigung müssen Abwehrtechniken gegen verschieden Angriffe mit Partner gezeigt werden. Es sollten dabei auch Techniken aus der im Pflichtteil gezeigten Kata zum Einsatz kommen. Auf die Verhältnismäßigkeit ist zu achten!

Prüfungsprogramm - Offene Stilrichtung

9. Kyu – weißer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Trainer		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
1) Kata der jeweiligen Stilrichtung zum 9. Kyu Shotokan-Ausrichtungen **Taikyoku Shodan** Goju-ryu-Ausrichtungen **Taikyoku jodan** Wado-ryu-Ausrichtungen **Pinan Shodan** **5 Techniken oder Kombinationen aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers** **je 3-5 x**	**Zwei Katatechniken in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	**Basistechniken Kumite aus dem festen Stand (Kampfstellung) mit Partner** Kizami-tsuki im Stand Uraken-uchi im Stand Gyaku-tsuki im Stand Mawashi-geri vorderes Bein (ohne ransetzen des hinteren Fußes) **je Seite** 3-5 x langsam und schnell	**Eine Abwehrtechnik gegen folgende Angriffe:** Handgreifen von vorne Fassen von hinten Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

8. Kyu – gelber Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Trainer		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 8. Kyu Shotokan-Ausrichtungen: **Heian Shodan** Goju-ryu-Ausrichtungen: **Taikyoku chudan** **Taikyoku gedan** Wado-ryu-Ausrichtungen: **Pinan Nidan** **5 Techniken oder Komb. aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers** **je 3-5 x**	**Drei Katatechniken in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	**Basistechniken Kumite aus dem festen Stand (Kampfstellung) mit Partner** Kizami-tsuki mit Ausfallschritt Uraken-uchi mit Ausfallschritt Gyaku-tsuki mit Ausfallschritt Mawashi-geri vorderes Bein mit Beisetzschritt **je Seite** 3-5 x langsam und schnell	**Eine Abwehrtechnik gegen folgende Angriffe:** Handgreifen von vorne Fassen von vorne (Kleidung) Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

7. Kyu – orangener Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Trainer		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 7. Kyu Shotokan-Ausrichtungen: **Heian Nidan** Goju-ryu-Ausrichtungen: **Gegsaidai-ichi** Wado-ryu-Ausrichtungen: **Pinan Shodan** **6-8 Techniken oder Kombinationen aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers** **je 3-5 x**	**Vier Katatechniken in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	**Teil 1:** Basistechniken Kumite aus dem festen Stand (Kampfstellung) mit Ausfallschritt am Partner. Angriff mit: Kizami-tsuki mit Ausfallschritt Uraken-uchi mit Ausfallschritt Gyaku-tsuki mit Ausfallschrritt Mawashi-geri vorderes Bein Mawashi-geri hinteres Bein (Mae-geri-Ansatz) **Teil 2:** Abwehr und indirekter Konter Gegen oben stehende Techniken ! Abwehr und Kontertechnik Nagashi-uke/Gyaku-tsuki Nagashi-uke/Mawashi-geri im Stand je 3-5 x langsam und schnell	**Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:** Armgreifen von vorne Fassen von hinten gerader Faustschlag gerader Fusstritt (Mae-geri) Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

6. Kyu – grüner Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Prüfling in Absprache mit dem Trainer		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 6. Kyu Shotokan-Ausrichtungen **Heian Sandan** Goju-ryu-Ausrichtungen **Gegsaidai-ni** Wado-ryu-Ausrichtungen **Pinan Sandan** **6-8 Techniken oder Kombinationen aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x**	**Vier Katasequenzen in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	Thema: verschiedenes Steppen **Basistechniken Kumite aus dem Steppen.** **Teil 1**: Angriff 2 Einstepptechniken 2 Zweistepptechniken 2 Kombinationen Faust-Fuß Ura-mawashi-geri vorderes Bein je Seite 3-5 x langsam und schnell **Teil 2**: Abwehr und Konter der oben stehenden Techniken (frei) **Teil 3**: 1-3 x Randori	**Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:** beliebiges einarmiges Arm- bzw. Handgreifen einarmiges Greifen Rever/ bzw. Kleidung Körperumklammerung von hinten gerader Faustschlag gerader Fußtritt (Mae-geri) Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlag-polster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

5. Kyu – blauer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Prüfling in Absprache mit dem Trainer		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 5. Kyu Shotokan-Ausrichtungen **Heian Yondan** Goju-ryu-Ausrichtungen **Sai-fa** Wado-ryu-Ausrichtungen **Pinan Yondan** **6-8 Techniken oder Kombinationen aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x**	**Fünf Katatechniken oder Katasequenzen in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	**Thema:** überlaufene Techniken **Basistechniken Kumite aus dem Steppen** **Teil 1:** Angriff Überlaufene Techniken 2 Kombinationen Faust-Faust Faust-Fuß Ura-mawashi-geri hinteres Bein **Teil 2**: Abwehr & Konter gegen oben stehende Techniken (frei) je Seite 3-5 x langsam und schnell **Teil 3**: 1-3 x Randori oder Shiai	**Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:** beidhändiges Arm- /Handgreifen zweihändiges Greifen Rever/ Kleidung Körperumklammerung von vorne gerader Faustschlag gerader Fußtritt (Mae-geri) Halbkreistritt (Mawashi-geri) Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpol-ster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

4. Kyu – blauer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Prüfling in Absprache mit dem Trainer		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 4. Kyu Shotokan-Ausrichtungen **Heian Godan** Goju-ryu-Ausrichtungen **Seen-chin** Wado-ryu-Ausrichtungen **Pinan Godan** **6-8 Techniken oder Kombinationen aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5** x	**Fünf Katatechniken oder Katasequenzen in Anwendung mit Partner**	**Thema**: Stepp und Schritt-Technik **Basistechniken Kumite aus dem Steppen.** **Teil 1**: Angriff (Technik frei) 1 Zweistepptechnik 1 Schritt-Technik 2 fintierte Beintechniken 1 Kombination Faust-Fuß 1 Kombination Fuß-Faust Ushiro-geri Ushiro-ura-mawashi-geri **Teil 2**: Abwehr & Konter gegen oben stehende Techniken (frei) je 3-5 x langsam und schnell **Teil 3:** 1-3 x Randori oder Shiai	**Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:** beliebiges Arm- bzw. Handgreifen gegen Greifen Rever/ Kleidung gerader Faustschlag Faustschlag - Schwinger gerader Fußtritt (Mae-geri) Halbkreistritt (Mawashi-geri) Seittritt (Yoko-geri) Abwehr und Gegenangriff sind grundsätzlich frei. Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

3. Kyu – brauner Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Prüfling		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 3. Kyu Shotokan-Ausrichtungen **Tekki Shodan** oder **Empi** Goju-ryu-Ausrichtungen **Shi-so-chin** Wado-ryu-Ausrichtungen **Naihanchi** **6-8 Techniken oder Kombinationen aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x**	**Sechs Katatechniken oder Katasequenzen in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	**Basistechniken Kumite aus dem freien Steppen mit Partner** **Thema**: Konterformen gegen verschiedene Angriffe. Angriffe bestimmt der Prüfling. Es sind jeweils zwei unterschiedliche Techniken zu zeigen 2 x direkter Konter 2 x indirekter Konter 2 x nachgesetzter Konter - (Kombination) 2 x Würfe je 3-5 x langsam und schnell **1-3 x Randori oder Shiai**	**Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:** Stoßen von vorne/ Stoßen von hinten beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung beliebigen Faustschlag Kombination Faustschläge beliebige Fußtritte hinteres Bein Stockangriff von oben Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

2. Kyu – brauner Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Prüfling		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 2. Kyu Shotokan-Ausrichtungen **Jion** Goju-ryu-Ausrichtungen **Se-pai** Wado-ryu-Ausrichtungen **Kushanku** **6-8 Techniken oder Kombinationen aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x**	**Sechs Katatechniken oder Katasequenzen in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	**Basistechniken Kumite aus dem freien Steppen mit Partner** **Thema**: Kombinationen - Zwei Angriffsaktionen in Folge. Fußfegetechniken mit Folgeaktion. Es sind jeweils zwei unterschiedliche Techniken zu zeigen: 2 x Fausttechnik/ Fausttechnik 2 x Fausttechnik/Fußtechnik 1 x Fußtechnik/Fausttechnik 1 x Fußtechnik/Fußtechnik 2 x Fußfegetechniken (keine Würfe) je 3-5 x langsam und schnell **1-3 x Randori oder Shiai**	**Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:** Würgertechnik von vorne beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung Kombination Faustschläge beliebigen Fußtritt mit dem vorderen Bein Stockangriff von oben Stockangriff von außen Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

1. Kyu – brauner Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil bestimmt der Prüfling		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 1. Kyu Shotokan-Ausrichtungen **Kanku-dai** Goju-ryu-Ausrichtungen **San-seru** Wado-ryu-Ausrichtungen **Chinto** **6-8 Techniken oder Kombinationen aus der gezeigten Kata oder in Bezug zur gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x**	**Sechs Katatechniken oder Katasequenzen in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	**Basistechniken Kumite aus dem freien Steppen mit Partner** **Thema**: Aufbauende Angriffsvariationen (Kombinationen). Die Reaktion des Gegners auf eine erste direkte Angriffsaktion testen. Zwei darauf aufbauende Kombinationen zeigen. Zusätzlich eine Wurf- und eine Fußfegetechnik. 2 Technikdemonstrationen 1 Wurftechnik 1 Fußfegetechnik je 3-5 x langsam und schnell **1-3 x Randori oder Shiai**	**Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:** Würgertechnik von vorne Würgertechnik von hinten beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung Kombination Faustschläge Kombination Fußtritte Stockangriff von oben Stockangriff von außen nach Innen Stockangriff von innen nach außen Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

1. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Zwei Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 1. Dan Shotokan-Ausrichtungen **Kanku-dai, Jion** Goju-ryu-Ausrichtungen **San-chi, Se-san** Wado-ryu-Ausrichtungen **Seishan, Kushanku** **6-8 Techniken oder Kombinationen aus den gezeigten Katas oder in Bezug zu den gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x**	**Demonstration von sechs Katasequenzen in Anwendung mit Partner aus den Pflichtkatas** je 3-5 x langsam und schnell	**Abfrage nach Wahl des Prüfers:** Technikausführung im Stand, Einstepp, Zweistepptechnik, Schrittechniken, Beintechniken, Fußfegetechniken, Würfe, Konterformen, Angriffsaktionen in Folge, Aufbauender Angriff **Spezialtechnik** Vorbereitung/Variation/Besonderheit je 3-5 x langsam und schnell **1-3 x Wettkampf (Kumite-Shiai)** Kenntnis der Wettkampfregeln in Theorie und Praxis (Kampfrichter bei 1-2 Kämpfen)	**Zwei Abwehrtechniken gegen folgende Angriffe:** beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung beliebiges Würgen beliebigen Faustschlag Kombination Faustschläge beliebigen Fußtritt Kombination Fußtritte beliebiger Stockangriff Alle gezeigten Schlag und Tritt-Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

2. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Zwei Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 2 Dan Shotokan-Ausrichtungen Auswahl aus folgenden Kata **Bassai-dai, Empi, Gankaku, Kanku-sho, Gojushiho-sho** Goju-ryu-Ausrichtungen **Ten-sho, Kurunfa** Wado-ryu-Ausrichtungen **Bassai, Seishan** **6-8 Techniken oder Komb. aus den gezeigten Katas oder in Bezug zu den gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x**	**Demonstration einer weiteren Kata** (Im Shotokan aus der nebenstehenden Gruppe) **Demonstration von sechs Katasequenzen in Anwendung mit Partner** je 3-5 x langsam und schnell	**Abfrage nach Wahl des Prüfers:** Technikausführung im Stand, Einstepp, Zweistepptechnik, Schrittechniken, Beintechniken, Fußfegetechniken, Würfe, Konterformen, Angriffsaktionen in Folge, Aufbauender Angriff **Spezialtechnik** Vorbereitung/Variation/Besonderheit je 3-5 x langsam und schnell **1-3 x Wettkampf (Kumite-Shiai)** Kenntnis der Wettkampfregeln in Theorie und Praxis	**Eine Abwehrtechnik gegen folgende Angriffe:** beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung beliebiges Würgen beliebige Faustschläge beliebiger Fußtritte Kombination Faust / Fußtritte beliebiger Stockangriff Alle gezeigten Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden. Prüfung weiterer individueller Verteidigungsformen möglich. Kenntnis der Verteidigung gegen mehrere Angreifer. je 3-5 x langsam und schnell
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

3. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil		
	Katabunkai	**Kumite**	**Selbstverteidigung**
Zwei Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 3. Dan Shotokan-Ausrichtungen Auswahl aus folgenden Kata **Unsu, Gojushiho-dai, Sochin Nijushiho, Chinte, Bassai-sho** Goju-ryu-Ausrichtungen **Ten-sho, Superimpei** Wado-ryu-Ausrichtungen **Bassai, Wanshu** **6-8 Tech. oder Komb. aus den gezeigten Katas oder in Bezug zu den gezeigten Kata nach Ansage des Prüfers je 3-5 x**	**Demonstration einer weiteren Kata nach Ansage des Prüfers** (Im Shotokan aus den nebenstehenden Gruppe) **Demonstration von sechs Katasequenzen in Anwendung mit Partner**	**Abfrage nach Wahl des Prüfers:** Technikausführung im Stand, Einstepp, Zweistepptechnik, Schrittechniken, Beintechniken, Fußfegetechniken, Würfe, Konterformen, Angriffsaktionen in Folge, Aufbauender Angriff **Spezialtechnik** Vorbereitung/Variation/Besonderheit je 3-5 x langsam und schnell **1-3 x Wettkampf (Kumite-Shiai)** Kenntnis der Wettkampfregeln in Theorie und Praxis	**Eine Abwehrtechnik gegen folgende Angriffe:** beliebiges Greifen beliebige Körperumklammerung beliebiges Würgen beliebige Faustschläge beliebige Fußtritte Kombination Fußtritte/Faustschläge beliebiger Stockangriff Alle gezeigten Techniken müssen am Schlagpolster demonstriert werden. Prüfung weiterer individueller Verteidigungsformen möglich. Kenntnis der Verteidigung gegen mehrere Angreifer.
Raum für stilrichtungsbedingte Ergänzungen			

4. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil
	Katabunkai – Kumite – Selbstverteidigung
Zwei Kata der jeweiligen Stilrichtungen zum 4. Dan Shotokan-Ausrichtungen Auswahl aus folgenden Kata **Tekki 2** **Tekki 3** **Jitte** **Jiin** **Meikyo** **Hangetsu** **Wankan** Goju-ryu-Ausrichtungen Wado-ryu-Ausrichtungen **4-8 Techniken aus beiden Kata nach Ansage des Prüfers**	**Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine praktische Demonstration beinhalten.** Die Themen können aus folgenden Bereichen: - Geschichte/ Philosophie - Beschreibung von Technikabläufen - Beschreibung von Trainingsformen - karatespezifische Untersuchungen

5. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil
	Katabunkai – Kumite – Selbstverteidigung
Demonstration von zwei Kata, davon eine stilrichtungsfremde Kata	**Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine praktische Demonstration beinhalten** Die Themen können aus folgenden Bereichen: - Geschichte/ Philosophie - Beschreibung von Technikabläufen - Beschreibung von Trainingsformen - karatespezifische Untersuchungen

Ab 6. Dan – schwarzer Gürtel

Pflichtteil Kata/Kihon aus Kata	Wahlteil
	Katabunkai – Kumite – Selbstverteidigung
Demonstration von einer Kata	**Vom Prüfling gewähltes freies Thema. Das Thema soll eine praktische Demonstration beinhalten** Die Themen können aus folgenden Bereichen: - Geschichte/ Philosophie - Beschreibung von Technikabläufen - Beschreibung von Trainingsformen - karatespezifische Untersuchungen