

Karateverein Sigmaringen e.V.

7. Kyu - Orangegurt Kempo - Karate

Zulassungsbedingungen:

Budopaß mit gültiger DKV - Sichtmarke. Mindestwartezeit ab 8. Kyu: 3 Monate

Allgemeines:

Tritte müssen aus den bekannten Ständen in mindestens eigener Brusthöhe gezeigt werden. Bei Techniken und Sifats ist einmaliges Wiederholen zulässig.

PRAXIS

Stände:

Heisoku-Dachi, Musubi-Dachi, Heiko-Dachi, Kiba-Dachi, Shiko-Dachi, Nekoashi-Dachi, Kake-Dachi, Zenkutsu-Dachi, Kampfhaltung

Handpositionen:

Seiken, Shuto, Haito, Uraken, Ippon- Nihon- Yonhon-Nukite, Heiso, Tettsui, Kakuto, Toho

Blocktechniken:

Age-Uke, Gedan-Barai, Soto-Uke, Uchi-Uke, Juji-Uke Gedan und Jodan, Shuto-Soto-Uke, Haito-Uchi-Uke

Stoßtechniken:

Oi-Tsuki, Gyaku-Tsuki, Ura-Tsuki, Tate-Tsuki

Schlagtechniken:

Shuto-Ganmen-Uchi, Haito-Uchi, Jodan-Empi-Uchi,

Tritte:

Mae-Geri, Mawashi-Geri, Ushiro-Geri, Yoko-Geri, Fumikomi,

Techniken / Sifat:

8 Basistechniken mit Kiai, 1 freie Technik, 1. Sifat