

8. Kyu	1/2 Orange	weiss/violett
--------	------------	---------------

Kata

Shozin Shodan

Form Gakushu

Stellungen (neu)

Ko kutsu Dachi



Techniken (neu)

Shuto



Mini Kata - K1 -

Shozin Renzoku Keri no Kata

Jun Geri

Jun Geri

Kick mit Vorderfuss

Kihon (wie bisher)

Seiryuto / Tenshin Jodan Uke

Mae Geri / Tenshin Gedan Barai

Randori

Gakushu / Tsuki no Kata

Hand-Fuss-Fuss-Hand

Begriffe

Hikite (zurückziehen der Hand); Kime (Spannung im Treffmoment); Zanshin (Kampfgeist)

Oi (seitengleich); gyaku (gegengleich); Tori (Angreifer); Uke (Verteidiger)

Obi (Gurt); Zori (Sandalen); Zubon (Hose); Dôgi (Jacke)

Kyu (Schülergrad); Dan (Meistergrad)

7. Kyu	Orange	weiss/violett
--------	--------	---------------

Kata

Shozin Shodan

Form Gakushu

Form Renzoku

Mini Kata K1 + K2

Shozin Renzoku Keri no Kata

Jun Geri

Mae Geri

Kihon

Seiryuto / Tenshin Jodan Uke

Mae Geri / Tenshin Gedan Barai

Yoko Geri / Ko Tenshin Nidan Uke

Techniken (neu)

Yoko Geri



Ko Tenshin Nidan Uke

Randori

Gakushu / Tsuki no Kata

Gakushu / Irimi no Kata

Ippon Kumite Sandan / Kawashi no Kata

Irimi (Drehwurf)

Yoko Geri / Ko Tenshin Nidan Uke

Begriffe

Kôyo-Kan (Shozindo Dojo Wallenwil);

Ke Age (schnappende Technik); Ke Komi (durchdringende Technik)