

3. Kyu „Blau - Brauner Gürtel“

Kihon:

Kombinierte Techniken:

1. Überprüfung aller Fußtechniken (Einzeltechniken). Es werden keine gesprungenen Techniken überprüft.
2. Überprüfung aller mehrfachen Fußtechniken (max. 3 Fußtechniken).

Partnerübungen:

Es werden die gezeigten Fußstritte von K1 und K2 zum Partnertraining hergenommen. Block und Konter sind vom Prüfling selbst zu wählen, können aber auch vom Prüfer vorgegeben werden.

Goshin-Jutsu:

Durch Ansagen des Prüfers.

Kumite:

Leichtkontakt, Durchkämpfen.

Lehrgänge: 10