

5. Kyu „Violett - Blauer Gürtel“

Etikette:

Die Etikette ist die Grundlage der Kampfkunst. Diese muss zum Blauen Gürtel verinnerlicht sein und vom Prüfling bewusst im Dojo vorgelebt werden.

Kihon:

Die Fallschule ist mit der Überprüfung zum Violetten Gürtel abgeschlossen und wird als Voraussetzung für alles Weitere angesehen. Mit den Grundtechniken verhält es sich genauso und wird nur noch in den Kombinationen überprüft.

Kombinierte Techniken:

1. Mae-Geri, Kizami-Mae-Geri, Kizami-Ura-Ken, Gyaku-Zuki, Kizami-Mawashi-Geri
2. Kizami-Zuki, Gyaku-Zuki, Ashi-Barai, Kizami-Yoko-Geri
3. Uchi-Uke, Kizami-Mawashi-Geri,

Partnerübungen:

Der Prüfling hat seinen Partner zur Prüfung mitzubringen. Es werden alle Fausttechniken durchgenommen. Es muss Block und Konter sowie direkte Techniken gezeigt werden.

Meditation:

Die Meditation ist die beste Vorbereitung und gibt den Kämpfer innere Ruhe, Stärke und Kraft. Diese wird von nun an den niederen Schülern vorgelebt.

Goshin-Jutsu:

Alle Fass-, Würge- und Schlagtechniken zum Hals und Kopf. Es muss Block bez. Befreiungstechniken mit Wurf und Festlegetechnik gezeigt werden.

Kumite:

Leichtkontakt, Durchkämpfen 3 Minuten 2x hintereinander.

Lehrgänge: 7