

6. Kyu „Violetter Gürtel“

Etikette:

Karate ist mehr als Sport!

Es ist ein Weg der Selbstvervollkommnung. Das schließt neben der körperlichen auch die geistige und charakterliche Vervollkommnung ein. Karatekas zeichnen sich aus durch Selbstdisziplin und Willensstärke, verbunden mit Höflichkeit und Bescheidenheit.

Kihon:

Fallschule:

Überprüfung der bislang im Prüfungsprogramm gezeigten Fallschule mit und ohne Partner.

Techniken:

Überprüfung der bislang gezeigten Techniken. Hier muss ein klarer technischer Fortschritt zu erkennen sein.

Kombinierte Techniken:

Überprüfung der bislang gezeigten kombinierten Techniken. Hier muss ein klarer technischer Fortschritt zu erkennen sein.

Partnerübungen:

1. Kizami-Ura-Ken
2. Kizami-Zuki, Gyaku-Zuki
3. Ashi-Barai
4. Mawashi-Geri Jodan

Kumite:

Leichtkontakt, 3 Minuten durchkämpfen

Lehrgänge: 5

Mehr als ein Verein... | fc-pro-gesundheit.de



FITNESS CENTER „PRO GESUNDHEIT“ e. V. | Schafsteg 4 | 96472 Rödental

Fitness Center „Pro Gesundheit“ e. V.
Schafsteg 4
96472 Rödental
Tel.: 09563 / 72 94 22
E-Mail: info@fitness-center-pro-gesundheit.de

Sitz des Vereines: Neustadt bei Coburg
Vereinsregister: 96450 Coburg
Registernummer: VR 200275
BLSV: V 41780
BVS: 5071
DKV: 10190
Steuernummer: 212/108/20830
Betriebsnummer: 24951125
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE34ZZZ00000626268