

DRAFT

Kihon-Ido Kata - Partnerformen - Erwartungshorizont

Stand	Technik	↔: vorgehen mit	⊙: Kime	↓: Folgetechnik im Stand	Angriffsstufe
Zenkutsu-Dachi	↔ Harai-Otoshi-Uke ⊙	↓ Gyaku-Zuki ⊙			Chūdan
Zenkutsu-Dachi	↔ Oi-Zuki ⊙	↓ Gyaku-Zuki ⊙			Jōdan & Chūdan
Zenkutsu-Dachi	↔ Soto-Uke ⊙	↓ Gyaku-Zuki ⊙			Chūdan
Sanchin-Dachi	↔ Kansetsu-Geri ⊙				Gedan
Sanchin-Dachi	↔ Age-Uke ⊙	↓ Gyaku-Zuki ⊙			Jōdan
Sanchin-Dachi	↔ Yoko-Uke ⊙	↓ Gyaku-Zuki ⊙			Chūdan
Shiko-Dachi	↔ Harai-Otoshi-Uke ⊙	↓ Gyaku-Zuki ⊙			Gedan

Vorausgesetzte Techniken: Zuki, Age-Uke, Yoko-Uke, Harai-Otoshi-Uke, Soto-Uke, Uraken-Uchi, Empi-Age-Uchi, Mae-Geri, Mawashi-Geri

Kata	Taikyoku Jōdan, Chūdan, Gedan Gekisai Dai-Ichi	Kihon-Ippon Kumite Jōdan & Chūdan, ggfs. Gedan	Partnerformen
-------------	---	---	----------------------

Dachi-Waza	Stände “passend”, also individuell richtig. Korrekte Mawatte (Wendung)
Zuki-/ Uke-/ Geri-Waza	Ashi-Sabaki (Fußbewegungen) korrekt ausgeführt
Kata	Setzen der Endpunkte, Hüft-/Schultereinsatz Embusen (Schrittfolge) korrekt ausgeführt, Individuell richtige Stände Endpunkte und Atmung, Wendungen mit korrekter Blickrichtung Flüssiger Ablauf bei gleichbleibender Geschwindigkeit, Betonung und Krafteinsatz

