

## 9. & 8. Kyu: 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 Jōdan ☉	↓ Gyaku-Zuki Chūdan ☉ Jōdan & Chūdan
Zenkutsu-Dachi	↔	Soto-Uke ☉	↓ Gyaku-Zuki ☉ Chūdan
Zenkutsu-Dachi	↔	Mae-Geri ☉	Chūdan
Zenkutsu-Dachi	↔	Chisai-no-Mawashi-Geri ☉	Chūdan
Sanchin-Dachi	↔	Age-Uke ☉	↓ Gyaku-Zuki ☉ Chūdan
Sanchin-Dachi	↔	Yoko-Uke ☉	↓ Gyaku-Zuki ☉ Chūdan

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

Taikyoku Jōdan	<i>Kata</i>	Kihon-Ippon Kumite	<i>Partnerformen</i>
Taikyoku Chūdan		Jōdan & Chūdan, ggfs. Gedan	

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
Allgemein	Techniken können noch als Einzeltechniken ausgeführt sein

## 9. & 8. Kyu: Ergänzungen

Stand		Technik 1 ☉	Technik 2 ☉	Technik 3 ☉
Sanchin Dachi	↔	Age-Uke	Kake-Uke	Harai-Otoshi-Uke
oder	↔	Jōdan-Zuki	Teisho-Zuki Gedan	Ura-Zuki
Zenkutsu Dachi	↔	Yoko-Uke	Shuto-Uke	Gedan-Teisho-Uke
oder	↔	Chūdan-Zuki	Nukite (Kehle)	Uraken-Uchi
Shiko Dachi	↔	Soto-Uke	Mawashi-Uke	Haishu-Uke
	↔	Chūdan-Zuki	Teisho-Ate	Furi-Uchi
Stand		Technik ☉		
Sanchin Dachi	↔	Oi-Zuki Jōdan		
Zenkutsu Dachi	↔	Oi-Zuki Chūdan		
Shiko Dachi	↔	Oi-Zuki Gedan		
Shiko Dachi	↔	Harai-Otoshi-Uke		
Zenkutsu Dachi	↔	Yoko-Uke		
Sanchin Dachi	↔	Age-Uke		

Diese Ergänzungen sind zum Üben der Koordination gedacht. Im oberen Block können entweder die Techniken jeweils einer Nummer von oben nach unten nacheinander durchgeführt werden, oder man kann mischen. Der untere Block dient zur Übung der Fußbewegungen “Tai Sabaki” in der Vorwärts-, bzw. Rückwärtsbewegung in den jeweiligen Grundstellungen.