

7. 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 Jodan ◎ ↓ Gyaku-Zuki ◎	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

Taikyoku Jōdan, Chūdan, Gedan
Gekisai Dai-Ichi

Kata

Kihon-Ippon Kumite
Jōdan & Chūdan, ggfs. Gedan

Partnerformen

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