

Prüfungsordnung der Stilrichtung GOJU-Ryu Karate-Do im DKV

Dan-Grade, Kyu-Grade

Für Karate-Do Ka, Jukuren



Gültig ab 01.01.1987 / 01.01.2017

BPR. F. Nöpel, Ostkamp 64, 59174 Kamen, Tel. 02307/72388

fritz.noepel@gmx.de

Vorwort

Diese Prüfungsordnung ist eine GOJU-Ryu Karate-Do Prüfungsordnung. Sie soll Techniken: Stände, Abwehr- und Kontertechniken, sowie Tritte, Stöße und Schläge der Stilrichtung wiedergeben.

Auch Würfe, Griffe und Hebel, die sich auch in der Kata zeigen, sollen über eine Prüfung gezeigt werden.

Der Prüfer kann auf die bereits absolvierten Prüfungen zurückgreifen. Diese Inhalte können sowohl zusätzlich, als auch ersatzhalber abgefragt werden.

Durch diese Möglichkeit kann insbesondere den zielgruppenspezifischen Unterschieden Rechnung getragen werden.

Kinder beispielsweise haben natürliche Probleme, im Nahbereich die notwendige Spannung aufzubauen, Senioren dagegen fehlt es z.T. an der entsprechenden Beweglichkeit, um lange Techniken auszuführen.

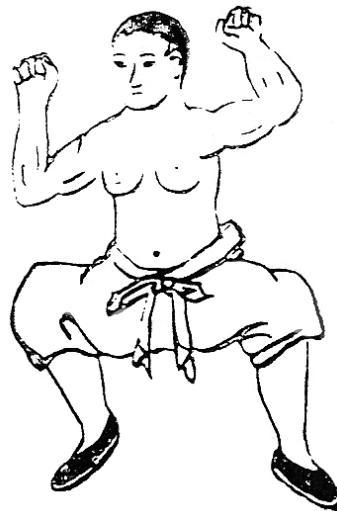
Der Prüfer kann und sollte diese natürlicherweise vorliegenden Restriktionen berücksichtigen.

Zusätzlich zu den Inhalten in dieser Prüfungsordnung können weitergehende Inhalte geprüft werden, Voraussetzung ist eine vorherige Abstimmung zwischen Prüfer und Dojoleiter(n)/Trainer(n).

Zur Dan-Prüfung sollte sich der Karate-Do Ka Zeit nehmen und sich mit dem Trainer/Lehrer gewissenhaft vorbereiten.

Der Anwarter sollte die angebotenen Dan-Vorbereitungslehrgänge besuchen.

Dan-Träger sein heißt Vorbild sein.



Fritz Nöpel 10. Dan Hanshi

GOJU-Ryu Bundesprüferreferent. fritz.noepel@gmx.de

Kamen, März 2019

Erläuterungen zu den Prüfungsinhalten

Kihon-Ippon-Kumite als Basis aller Partnertechniken

| | Angriff | Abwehr | Konter |
|----------------|-----------------|---------------|-------------------|
| 8.-7. Kyu Grad | Jodan Zuki | Jodan Uke | Gyaku-Zuki Jodan |
| 8.-7. Kyu Grad | Chudan Zuki | Chudan Uke | Gyaku-Zuki Chudan |
| 6. Kyu Grad | Chudan Mae-Geri | Gedan Uke | Gyaku-Zuki Chudan |

Shiai-Kumite

Die ausführenden Techniken sind identisch mit denen des Kihon-Ippon-Kumite.

Als zusätzliche Angriffstechnik kann noch der Mawashi-Geri hinzugenommen werden. Die Art der Ausführung muss aber eine deutliche Steigerung an Intensität und Kampfeswillen erkennen lassen. Die Ansage der Technik entfällt. Die Distanz muss einer realen Wettkampfdistanz entsprechen.

Beide Kämpfer sollen sich bewegen. Sobald der Angreifer die für ihn relevante Angriffsdistanz erreicht hat, sollte der Angriff konsequent durchgeführt werden. Die Kontertechnik kann frei der Situation angepasst gewählt werden.

Nach erfolgter Kontertechnik wird die Wettkampfdistanz erneut eingenommen und die nächste Angriffstechnik vorbereitet.

Jiyu-Ippon-Kumite wird nur gefordert, wenn das Jiyu-Kumite nicht vorgeführt wird.

Jiyu-Kumite

Unter Jiyu-Kumite ist der sportliche Wettkampf nach den Regeln des DKV zu verstehen. Die Kampfzeit wird vom Prüfer festgelegt. Jiyu-Kumite sollte nur von Personen zwischen 14 und 35 Jahren vorgeführt werden.

Yakusuko-Kumite

Yakusuko bedeutet „ich verspreche“. In diesem Fall bedeutet es, dass die vorzuführenden Techniken beiden Partnern bekannt sind.

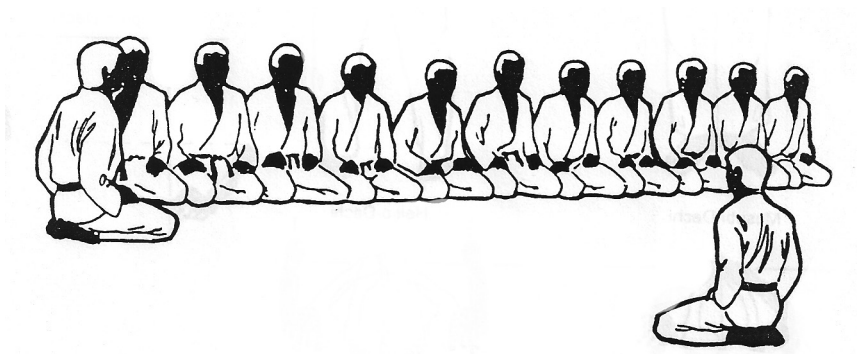
Die nachfolgenden Kumite-Ura Techniken und Nage-Waza Techniken sind abgesprochene Partnertechniken mit mehr oder weniger starkem Bezug zur Realität. Diese Techniken sind Techniken des Lernens. Bei den Wurftechniken wird der Partner/Gegner vorher durch einen Konter geschwächt.

Gojin-Jitzu, Jissen-Jitzu, Selbstverteidigung:

Freie Abwehr gegen Fassen, Würgen, Halten, Stoßen. Hier soll der Prüfling zeigen, dass er in der Lage ist, auf den Angriff entsprechend zu reagieren. Angriffe und Abwehrtechniken sind dem Prüfling bzw. seinem Partner freigestellt.

Prüfer-Lizenzen

| | |
|----------|---|
| A-Lizenz | gilt bundesweit |
| B-Lizenz | Gültigkeit wird in der Verfahrensordnung des DKV geregelt |
| C-Lizenz | Gültigkeit wird in der Verfahrensordnung des DKV geregelt |



Prüfungsprogramm zum 9. Kyu-Grad

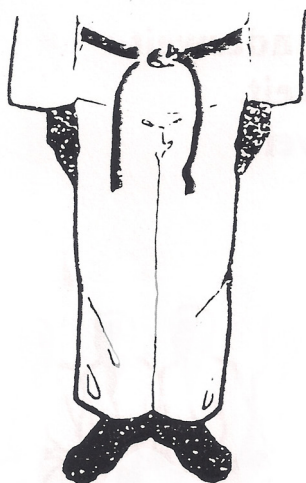
Kihon-Ido

Zenkutsu-Dachi Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki

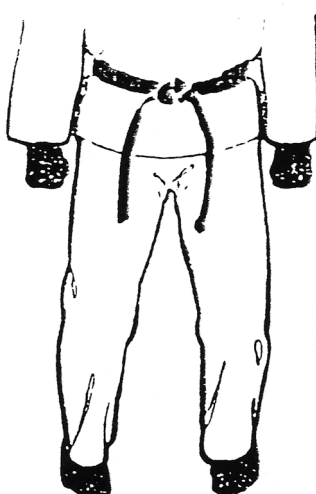
Zenkutsu-Dachi Chudan Mae-Geri

Sanchin-Dachi Age-Uke / Jodan Gyaku-Zuki

Sanchin-Dachi Yoko-Uke / Chudan Gyaku-Zuki



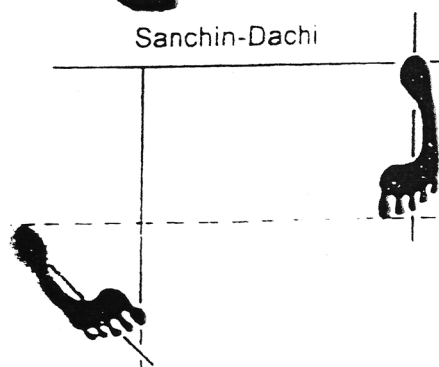
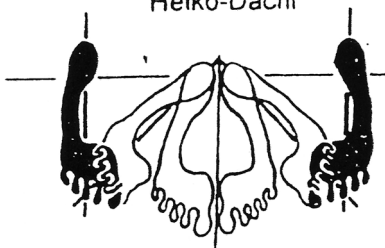
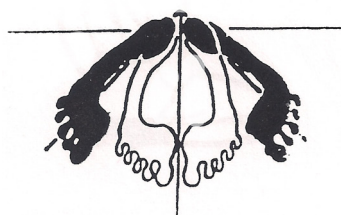
Musubi-Dachi



Heiko-Dachi



Sanchin-Dachi



Prüfungsprogramm zum 8. Kyu-Grad

Kihon-Ido

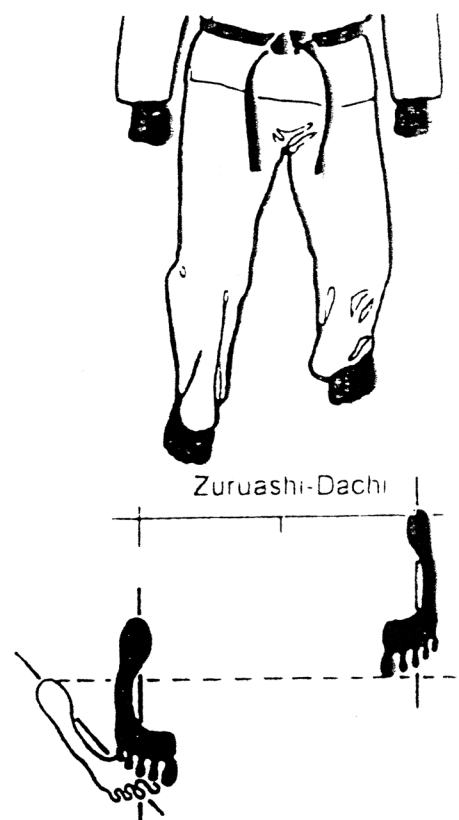
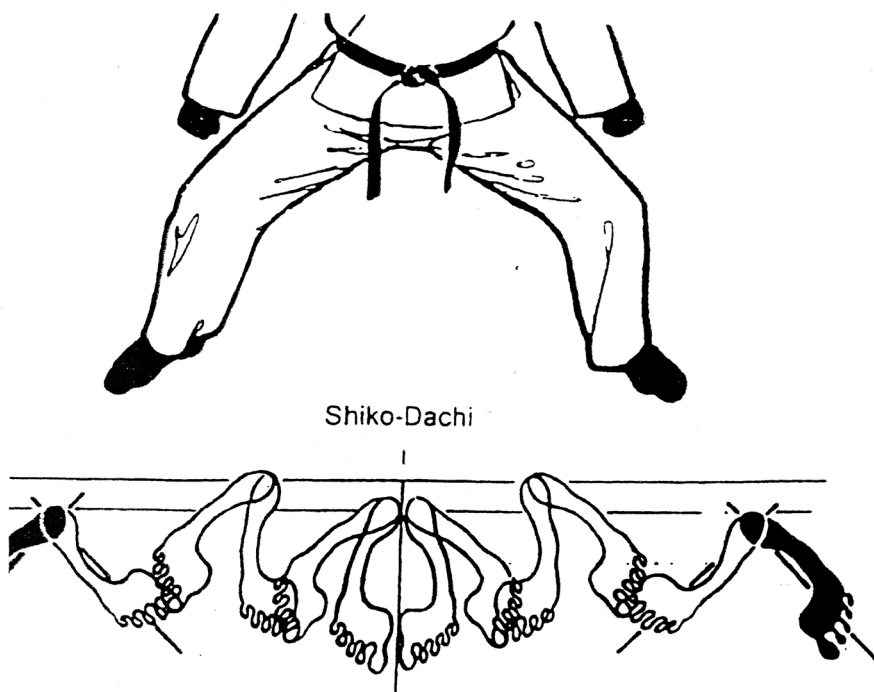
| | |
|----------------|-------------------------------------|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Chudan Mawashi-Geri |
| Zenkutsu-Dachi | Jodan-Zuki / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Chudan Soto-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Age-Uke / Jodan Gyaku-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Yoko-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |

Kata

Taikyoku

Kumite

Kihon-Ippon-Kumite



Prüfungsprogramm zum 7. Kyu-Grad

Kihon-Ido

| | |
|----------------|-------------------------------------|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Gedan Kansetsu-Geri |
| Zenkutsu-Dachi | Jodan-Zuki / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Chudan Soto-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Age-Uke / Jodan Gyaku-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Yoko-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |

Kata

Taikyoku

Gekisai Dai Ichi

Kumite

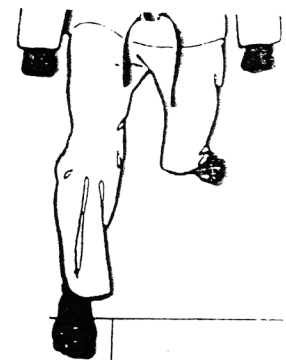
Kihon-Ippon-Kumite



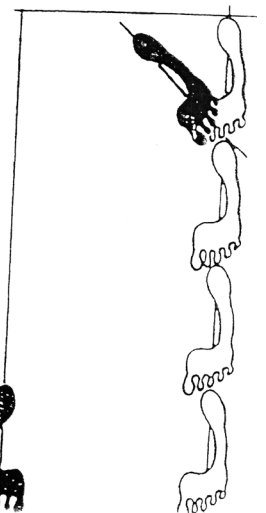
Neko Ashi-Dachi



„T“-Dachi



Zenkutsu-Dachi



Zenkutsu-Dachi

Prüfungsprogramm zum 6. Kyu-Grad

Kihon-Ido

| | |
|-----------------------------------|---|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Mae-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Chudan Mawashi-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Age-Uke / Chudan Gyaku-Zuki / Chudan Mae-Geri |
| Sanchin-Dachi | Yoko-Uke / Jodan-Chudan Ren-Zuki |
| Shiko-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Kake-Uke / Chudan Mae-Geri |

Kata

Gekisai Dai Ichi

Gekisai Dai Nii

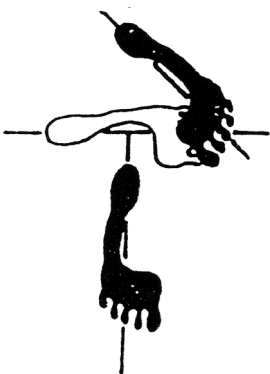
Shiai Kumite

Jiyu-Ippon Kumite / Jiyu-Kumite

Yakusuko Kumite

3 Techniken Kumite-Ura

3 Techniken Nage-Waza



Renoji-Dachi

Prüfungsprogramm zum 5. Kyu-Grad

Kihon-Ido

| | |
|-----------------------------------|--|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Mae-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Chudan Mawashi-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Age-Uke / Chudan Gyaku-Zuki / Chudan Mae-Geri |
| Sanchin-Dachi | Yoko-Uke / Jodan-Chudan Ren-Zuki |
| Shiko-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Kake-Uke / Chudan Mae-Geri |

Kata

Gekisai Dai Nii

Saifa (Sai Fa)<s

Shiai Kumite

Jiyu-Ippon Kumite / Jiyu-Kumite

Yakusuko Kumite

3 Techniken Kumite-Ura

3 Techniken Nage-Waza

Prüfungsprogramm zum 4. Kyu-Grad

Kihon-Ido

| | |
|-----------------------------------|--|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Mae-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Chudan Mawashi-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Age-Uke / Chudan Gyaku-Zuki / Chudan Mae-Geri |
| Sanchin-Dachi | Yoko-Uke / Jodan-Chudan Ren-Zuki |
| Shiko-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Kake-Uke / Chudan Mae-Geri |

Kata

Sai Fa

Seiyunchin (Seen Chin)

Shiai Kumite

Jiyu-Ippon Kumite / Jiyu-Kumite

Yakusuko Kumite

3 Techniken Kumite-Ura

3 Techniken Nage-Waza

Prüfungsprogramm zum 3. Kyu-Grad

Kihon-Ido

| | |
|-------------------------------------|---|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Mae-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Suri Ashi-Dachi / Zenkutsu-Dachi | Jodan Kizami-Zuki / Chudan Gyaku-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Chudan Soto-Uke / Jodan Uraken-Uchi |
| Sanchin-Dachi Shiko-Dachi | Kake-Uke / Jodan-Chudan Ren-Zuki Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Shuto-Uke / Gedan Kansetsu-Geri |

Kata

Seiyunchin (Seen Chin)

Tensho

Kata Bunkai

Gekisai Dai Ichi

Shiai Kumite

Jiyu-Ippon Kumite / Jiyu-Kumite

Yakusuko Kumite

3 Techniken Kumite-Ura

3 Techniken Nage-Waza

Gojin Jitsu Kumite

Abwehr gegen Halten, Würgen, Fassen und Stoßen

Prüfungsprogramm zum 2. Kyu-Grad

Kihon-Ido

| | |
|-------------------------------------|---|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Mae-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Suri Ashi-Dachi / Zenkutsu-Dachi | Jodan Kizami-Zuki / Chudan Gyaku-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Chudan Soto-Uke / Jodan Uraken-Uchi |
| Sanchin-Dachi Shiko-Dachi | Kake-Uke / Jodan-Chudan Ren-Zuki Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Shuto-Uke / Gedan Kansetsu-Geri |

Kata

Tensho

Sanseiru (Sanseru)

Kata Bunkai

Gekisai Dai Nii

Shiai Kumite

Jiyu Ippon Kumite / Jiyu Kumite

Yakusuko Kumite

3 Techniken Kumite-Ura

3 Techniken Nage-Waza

Gojin Jitzu Kumite

Abwehr gegen Halten, Würgen, Fassen und Stoßen

Prüfungsprogramm zum 1. Kyu-Grad

Kihon-Ido

| | |
|-------------------------------------|---|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi-Uke / Chudan Mae-Geri / Chudan Gyaku-Zuki |
| Suri Ashi-Dachi / Zenkutsu-Dachi | Jodan Kizami-Zuki / Chudan Gyaku-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Chudan Soto-Uke / Jodan Uraken-Uchi |
| Sanchin-Dachi Shiko-Dachi | Kake-Uke / Jodan-Chudan Ren-Zuki Haraiotoshi-Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Shuto-Uke / Gedan Kansetsu-Geri |

Kata

Sanseiru (Sanseru)

Sanchin (San Chin)

Kata Bunkai

Gekisai Dai Ichi oder Gekisai Dai Nii

Shiai Kumite

Jiyu Ippon Kumite / Jiyu Kumite

Yakusuko Kumite

3 Techniken Kumite-Ura

3 Techniken Nage-Waza

Gojin Jitzu Kumite

Abwehr gegen Halten, Würgen, Fassen und Stoßen

Vorbereitung und Voraussetzungen zum Dan-Grad

Nachdem der Karate-Do Ka die **Grundschule** und die vielfältige **Formschule** trainiert hat, beginnt mit der **Wegschule** eine neue Herausforderung für den Dan-Träger.

Voraussetzung zur richtigen Ausführung und Darstellung

1. Geistige Einstellung zur Kampfkunst
2. Konditionelle körperliche Reife
3. Schnelligkeit und Reaktionsfähigkeit
4. Distanzgefühl
5. Die richtige Wahl der Waffe
6. Die Kenntnis der Atemi-Punkte
7. Die richtige Entscheidung Gojin Jitzu oder Jissen Jitzu
8. Selbstvertrauen zur eigenen Technik
9. Atmung und Kiai
10. Dojo Kun

| | | |
|-------------|--------------------|----------------------|
| 1. Dan-Grad | Wegschüler | bewegt sich zur Kata |
| 2. Dan-Grad | der starke Dan | ist in der Kata |
| 3. Dan-Grad | der technische Dan | fordert die Kata |
| 4. Dan-Grad | der fertige Dan | kämpft mit der Kata |

| | |
|-------------|--------------------------|
| 5. Dan-Grad | ist mit der Kata vereint |
| 6. Dan-Grad | ordnet die Kata |

| | |
|-----------------------------|------------------------------------|
| 1. Dan-Grad bis 4. Dan-Grad | Yudansha, die technischen Experten |
| 5. Dan-Grad und 6. Dan-Grad | Kodansha, Grad des Wissens |
| 7. Dan bis 10. Dan | Kadansha, Grad der Reife |

Anmeldung zur Prüfung unter <http://www.karate.de> bzw. (Stand Mitte März 2019)

<https://www.dananmeldung-dkv.de>

Prüfungsprogramm zum Junior-Dan (1. Dan, Sho Dan)

Kihon-Ido

| | |
|-------------------------------------|---|
| Suri Ashi-Dachi / Zenkutsu-Dachi | Jodan Kizami-Zuki/ Chudan Gyaku-Zuki |
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi Uke / Jodan Gyaku-Zuki / Chudan Mae-Geri |
| Sanchin-Dachi | Kake Uke / Jodan-Chudan Ren-Zuki |
| Sanchin-Dachi | Chudan Soto-Uke / Jodan Uraken-Uchi |
| Shiko-Dachi | Chudan Mawashi Empi Uke / Jodan Uraken Uchi / Haraiotoshi Uke / Chudan Gyaku-Zuki |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Shuto Uke / Gedan Kansetsu-Geri |

Kata

Saifa (Sai Fa) oder
Seiyunchin (Seen Chin)

Kata Bunkai

Saifa (Sai Fa) oder
Seiyunchin (Seen Chin)

Yakusuko Kumite

2 Techniken Kumite-Ura
2 Techniken Nage-Waza

Jiyu-Kumite

2 Kämpfe nach den Regeln des DKV

Der Besuch und Nachweis eines Kampfrichter-Lehrgangs ist für die Zulassung zur Prüfung nicht notwendig.

Dan-Prüfungen für Karateka **jenseits der 50 Jahre**

1. Dan

Kihon Ido freie Wahl

| | |
|-----------------------------------|--|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi Uke, Gyaku Zuki Jodan, Mae Geri Chudan oder Gedan |
| Sanchin-Dachi | Age Uke, Ren-Zuki Jodan / Chudan |
| Shiko-Dachi | Mawashi Empi Uke, Uraken Uchi, Haraiotoshi Uke, Seiken Zuki Chudan |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Shuto Uke, Mae Geri Gedan oder Chudan |



Yakusoku Kumite

3 Techniken mit dem Partner / der Partnerin

2 Techniken mit Nage Waza

Kata

Freie Wahl der Kata (zwischen Saifa, Seiyunchin, Sanseiru, Tensho)

Kata-Bunkai

Bunkai aus der Kata, die vorgeführt wird.

SV-Techniken

Abwehr und Konter gegen Packen, Würgen, Halten von vorn, von der Seite und von hinten.

2., 3. und 4. Dan für Karateka **jenseits der 50 Jahre**

Kihon-Ido, Yakusoku und SV wie zum 1. Dan

Kata

Freie Wahl der Kata (Sanseiru, Shisochin, Seisan oder Sepai)

Kata Bunkai

Bunkai aus der Kata, die vorgeführt wird.

Prüfungsprogramm zum 1. Dan

Kihon-Ido

| | |
|-----------------------------------|--|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi Uke, Gyaku Zuki Jodan, Mae Geri Chudan |
| Sanchin-Dachi | Age Uke, Ren-Zuki Jodan / Chudan |
| Shiko-Dachi | Mawashi Empi Uke, Uraken Uchi, Haraiotoshi Uke, Seiken Zuki Chudan |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Shuto Uke, Mae Geri Chudan |

Kata

Sanseiru (Sanseru)

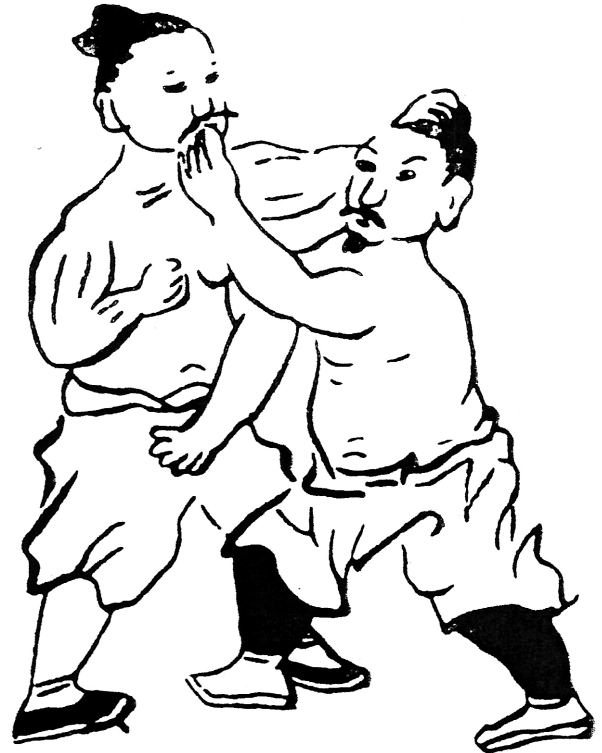
Kata Bunkai

Erklärung und Analyse der Kata Sanseiru

Yakusoku-Kumite

3 Techniken mit dem Partner

2 Techniken Nage-Waza



SV-Techniken

Abwehr und Konter gegen Packen, Würgen und Halten von vorn, von der Seite und von hinten

Jiyu-Kumite (für Karateka bis 35 Jahre), zwei Kämpfe nach DKV-Reglement.

Es soll ein Kampfrichterlehrgangsnachweis vorliegen.

Prüfungsprogramm zum 2. Dan

Kihon-Ido

| | |
|-----------------------------------|--|
| Zenkutsu-Dachi | Yoko-Uke / Mae-Geri Chudan / Mae Hiji-Ate Chudan / Ura-ken / Uchi Jodan / Haraiotoshi Uke / Seiken Zuki Chudan |
| Sanchin-Dachi | Taisho Uke Chudan / Uraken Uchi Jodan |
| Shiko-Dachi | Age-Uke / Ura-Zuki Chudan / Seiken-Zuki Chudan |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Kake-Uke Chudan / Kansetsu Geri Gedan/Chudan |

Kata

Shisochin

Kata Bunkai

Erklärung und Analyse der Kata Shisochin

Yakusoku-Kumite

3 Techniken mit dem Partner

2 Techniken Nage-Waza

SV-Techniken

Abwehr und Konter gegen Packen, Würgen und Halten von vorn, von der Seite und von hinten

Jiyu-Kumite (für Karateka bis 35 Jahre), zwei Kämpfe nach DKV-Reglement.

Prüfungsprogramm zum 3. Dan

Kihon-Ido

| | | |
|-----------------------------------|--|--|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi Uke / Mae Geri Chudan / Jun-Zuki Jodan | |
| Sanchin-Dachi | Ura Kake Uke / Zukame / Taisho Ate | |
| Shiko-Dachi | Taisho Uke / Ura-Zuki Chudan | |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Neko Ashi Dachi | Haishu Uke / Mae Geri (rechts – links) |

Kata

Seisan (Se San)

Kata Bunkai

Erklärung und Analyse der Kata Seisan (Se San)

Yakusoku-Kumite

6 Techniken mit dem Partner:

3 x Kumite Ura

3x Nage Waza

SV-Techniken

Abwehr und Konter gegen Packen, Würgen und Halten von vorn, von der Seite und von hinten

Jiyu-Kumite (für Karateka bis 35 Jahre), zwei Kämpfe nach DKV-Reglement.

Prüfungsprogramm zum 4. Dan

Kihon-Ido

| | |
|-----------------------------------|---|
| Zenkutsu-Dachi | Haraiotoshi Uke / Mae Geri Chudan / Gyaku-Zuki Jodan |
| Sanchin-Dachi | Ura Kake Uke / Zukame / Taisho Ate |
| Shiko-Dachi | Taisho Uke / Ura-Zuki Chudan |
| Neko Ashi-Dachi (rechts-links) | Shuto Uke / Kansetsu Geri (rechts – links) Hiza-Shita |

Kata

Sepai (Se Pai)

Kata Bunkai

Erklärung und Analyse der Kata Sepai (Se Pai)

Yakusoku-Kumite

6 Techniken mit dem Partner:

3 x Kumite Ura

3x Nage Waza

SV-Techniken

Abwehr und Konter gegen Packen, Würgen und Halten von vorn, von der Seite und von hinten

Jiyu-Kumite (für Karateka bis 35 Jahre), zwei Kämpfe nach DKV-Reglement.

Prüfungsprogramm zum 5. Dan-Grad

Kata

Kururunfa

Kata Bunkai

Erklärung und Analyse der Kata Kururunfa

Yakusoku-Kumite

6 Techniken mit dem Partner:

3 x Kumite Ura

3x Nage Waza

SV-Gojin-Jitzu

Abwehr und Konter gegen Packen, Würgen und Halten von vorn, von der Seite und von hinten

Die Anmeldung zur Prüfung folgt der DKV-Verfahrensordnung.

Bei der Prüfung muss der DKV-Pass mit gültiger Jahressichtmarke vorgelegt werden.

Prüfungsprogramm zum 6. Dan-Grad

Kata

Freie Wahl der Kata

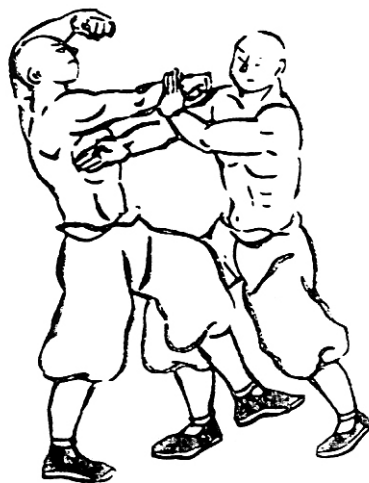
Kata Bunkai

Freie Wahl der Bunkai

Der Antrag zur Prüfungszulassung sowie der Karate-Do Lebenslauf müssen vor dem 01. September des Jahres an den Bundesprüfungsreferenten versandt werden.

Die Anmeldung zur Prüfung folgt der DKV-Verfahrensordnung.

Bei der Prüfung muss der DKV-Pass mit gültiger Jahressichtmarke vorgelegt werden.



Prüfungsprogramm zum 7. Dan-Grad

Kata

Freie Wahl der Kata

Kata Bunkai

Freie Wahl der Bunkai

Der Antrag zur Prüfungszulassung sowie der Karate-Do Lebenslauf müssen vor dem 01. September des Jahres an den Bundesprüfungsreferenten versandt werden.

Die Anmeldung zur Prüfung folgt der DKV-Verfahrensordnung.

Bei der Prüfung muss der DKV-Pass mit gültiger Jahressichtmarke vorgelegt werden.



Japanische Begriffe

| Dachi Waza | Stellung, Stand |
|--|--|
| Hankutsu-Dachi | Übergangsstellung, zwischen Sanchin- und Zenkutsu-Dachi |
| Heiko-Dachi | Schulterbreiter Stand, Füße gerade nach vorn gerichtet |
| Heisoku-Dachi | Grundstellung, Füße zusammen |
| Kokutsu-Dachi | Große Rückwärtsstellung |
| Kosa-Dachi | Stand mit gekreuzten Beinen (Wendeposition) |
| Musubi-Dachi | Kata-Stellung, Füße stehen im 60°-Winkel |
| Neko-Ashi-Dachi | Katzen-Stellung |
| Oki-no-Sanchin-Dachi | Kraftstellung, schulterbreit, vorderer Fuß eineinhalb Fußlängen vor dem hinteren Fuß |
| Renoji-Dachi | T-Stellung, hinterer Fuß im 45°-Winkel zum vorderen Fuß |
| Sagi-Ashi-Dachi | Einfußstand |
| Sanchin-Dachi | Kraftstellung, schulterbreit, vorderer Fuß eine Fußlänge vor dem hinteren Fuß |
| Shiko-Dachi | Sitzstellung |
| Sotohachiji-Dachi | Stand in Schulterbreite, Füße leicht nach außen gerichtet |
| Teiji-Dachi | T-Stellung, hinterer Fuß 90°-Winkel zum vorderen Fuß |
| Uchihachiji-Dachi | Breiter Stand, Füße leicht nach innen gedreht |
| Zenkutsu-Dachi | Große Vorwärtsstellung |
| Zuri-Ashi-Dachi | Gerade Vorwärtsstellung |
| | |
| Uke-Waza | Abwehrtechniken |
| Chudan-Uke <i>oder</i> Uchi-Ude-Uke <i>oder</i> Yoko-Uke | Abwehr mittlere Stufe |
| Empi-Uke | Abwehr mit dem Ellbogen |
| Gedank-Uke <i>oder</i> Gedank-Barai | Abwehr untere Stufe |
| Haishu-Uke | Abwehr mit dem Handrücken |
| Haraiotoshi-Uke | Großer Abwehrkreis |
| Hiza-Uke | Abwehr mit dem Knie |
| Jodan-Uke <i>oder</i> Age-Uke | Abwehr obere Stufe |
| Juji-Uke | Kreuzabwehr mit beiden Armen |
| Kake-Uke | Hakenabwehr mit der Handinnenseite |
| Kogan-Uke | Schutz der Genitalien bzw. des Unterbauchs (die erste Technik in jeder Kata) |
| Koken(Kakuto)-Uke | Abwehr mit dem Handgelenk |
| Kumate-Uke | Tatzenabwehr |
| Mawashi-Uke | Kreisförmige Abwehr mit beiden Armen |
| Morote-Uke | Doppelabwehr (der abwehrende Arm wird durch den anderen unterstützt) oder doppelseitige Abwehr |
| Nagashi-Uke | Fegeabwehr |
| Shuto-Uke | Handkantenabwehr |

| | |
|------------------------------|--|
| Soto-Uke | Block mit dem Unterarm von außen nach innen |
| Sukui-Uke | Abwehr gegen Fußangriff („Schaufelabwehr“) |
| Teisho-Uke | Handballenabwehr |
| Ura-Kake-Uke | Hakenabwehr mit dem Handrücken |
| Yama-Uke | Abwehr mit beiden Ellbogen von oben nach unten |
| | |
| Zuki-Waza | Fauststoßtechniken |
| Age-Zuki | Fauststoß von unten nach oben |
| Gyku-Zuki | Seitenverkehrter Fauststoß |
| Kizami-Zuki | Fauststoß mit der vorderen Faust aus der Kampfstellung heraus |
| Mawashi-Zuki | Halbkreisfauststoß |
| Morote-Zuki | Doppelter Fauststoß (mit beiden Fäusten gleichzeitig) |
| Ren-Zuki | Mehrfachfauststoß |
| Sanbon-Zuki | Dreifachfauststoß |
| Seiken-Zuki oder Oi-Zuki | Gerader Fauststoß (Oi-Zuki = mit gleichzeitigem Schritt mit derselben Seite) |
| Tate-Zuki | Halblanger Fauststoß |
| Ura-Zuki | Kurzer Fauststoß |
| Yama-Zuki | Stoß mit beiden Armen (zum Kopf und zur Körpermitte) |
| | |
| Uchi-Waza | Schlagtechniken |
| Furi-Uchi | Halbkreisschlag |
| Genkotsu-Uchi | Drachenkopfschlag |
| Haito-Uchi | Schlag mit der Handinnenkante |
| Shuto-Uchi | Schlag mit der Hand(außen)kante |
| Tettsui-Uchi | Hammerschlag |
| Uraken-Uchi | Handrückenschlag |
| | |
| Nukite-Waza | Fingertechniken |
| Ippon-Nukite | Einfingerstoß |
| Nihon-Nukite | Zweifingerstoß |
| Sanbon-Nukite | Dreifingerstoß |
| Nukite | Speerhand (alle Finger) |
| | |
| Empi-Waza | Ellbogentechniken |
| Empi-Uchi oder Empi-Hiji-Ate | Ellbogenschlag |
| Mae-Empi-Uchi | Ellbogenschlag nach vorn |
| Otoshi-Empi-Uchi | Ellbogenschlag von oben nach unten |
| Yoko-Empi-Uchi | Ellbogenschlag zur Seite |
| Ushiro-Empi-Uchi | Ellbogenschlag nach hinten |
| | |
| Geri-Waza | Fußtechniken |
| Chisai-no-Mawashi-Geri | Kleiner Halbkreistritt ohne Drehung des Standbeins |

| | |
|---|--|
| Fumi-Komi | Stampftritt nach unten |
| Hiza-Geri | Stoß mit dem Knie |
| Kakato-Geri | Fersenfußtritt |
| Kansetsu-Geri | Fußtritt zum Kniegelenk mit der Fußkante |
| Kin-Geri | Fußtritt mit dem Spann |
| Mae-Geri | Gerader Fußstoß |
| Mawashi-Geri | Halbkreisfußtritt (mit Drehung des Standbeins) |
| Nami-Ashi oder Ashi-Barai | Fußfeger |
| Tobi-Geri | Tritt im Sprung |
| Yoko-Geri oder Sokuto-Geri | Fußtritt zur Seite |
| Ura-Mawashi-Geri | Kreisförmiger Fersentritt (im Allgemeinen zum Kopf) |
| | |
| Ken-Waza | Handknöcheltechniken |
| Hira-Ken | Knöchelstoß mit den mittleren Gliedern der vier Finger |
| Kaiko-Ken | Fingerknöchelstoß |
| Keiko-Ken | Zeigefingerknöchelstoß |
| Nakadaka-Ippon-Ken | Mittelfingerknöchelstoß |
| | |
| Kumite-Waza | Partnertechniken |
| Jiyu-Ippon-Kumite | Festgelegte Partnertechniken aus der Kampfstellung |
| Kumite-Ura | Festgelegte Partnertechniken (Angriff – Abwehr, Gegenangriff – Abwehr, Gegenangriff) |
| Nage-Waza | Festgelegte Partnertechniken (Wurftechniken) |
| Randori | Freier Trainingskampf |
| Shobu-Ippon-Kumite | Wettkampfkarate (Ein-Punkt-Kampf) |
| Shobu-Sanbon-Kumite | Wettkampfkarate (Drei-Punkte-Kampf) |
| Yakusoku-Kumite | Festgelegte Partnertechniken |
| | |
| Begriffe aus dem Wettkampfkarate (WKF) | |
| Aiuchi | Gleichzeitig wertbare Techniken |
| Aka (Ao) Ippon | Rot (blau) erhält einen Punkt |
| Aka (Ao)-No-Kachi | Rot (blau) gewinnt |
| Chukoku | 1. Verwarnung ohne Strafe |
| Atoshi-Baraku | Noch 30 Sekunden Kampfzeit |
| Hansoku | Regelverstoß (Disqualifikation) |
| Hansoku-Chui | Verwarnung mit Nihon-Strafe |
| Hantei | Urteil |
| Hikiwake | Gleichstand |
| Jogai | Verlassen der Kampffläche |
| Jogai-Hansoku | Vierter und letzter Austritt aus der Kampffläche |
| Jogai-Hansoku-Chui | Dritter Austritt aus der Kampffläche |
| Jogai-Keikoku | Zweiter Austritt aus der Kampffläche |

| | |
|------------------|--|
| Keikoku | Verwarnung |
| Kiken | Kampfaufgabe |
| Moto-No-Ichi | Ausgangsposition |
| Mubobi | Verwarnung für Mangel an Sorge um die eigene Gesundheit (Selbstgefährdung) |
| Mubobi-Keikoku | Verwarnung |
| Nihon | 2 Punkte (z. B. Chudan-Geri) |
| Sanbon | 3 Punkte (z. B. Jodan-Geri) |
| Shikkaku | Disqualifikation |
| Shobu-Hajime | Beginn des Kampfes |
| Shugo | Ruf an die Seitenkampfrichter |
| Torimasen | Keine wertbare Technik |
| Tsuzukete | Weiterkämpfen |
| Tsuzukete-Hajime | Wiederaufnahme des Kampfes – Start |
| Yame | Stop |

Anschriften der GOJU-Ryu Karate-Do Bundesprüfungskommission A-Prüfer (Stand November 2018)

| Geschäftsführung der Bundesprüfungskommission: Bundesprüfervorstand | | | | | |
|---|---------|--------|-------------------------|----------------------------|-----------------|
| Fritz Nöpel, Bundesprüfungsreferent | 10. Dan | Hanshi | Ostkamp 64 | 59174 Kamen | 02307/72388 |
| Ulrich Heckhuis | 9. Dan | Hanshi | Försterstraße 9 | 48429 Rheine | 05971/401240 |
| Frank Beeking | 8. Dan | Kyoshi | Fichtenstraße 13 | 48429 Rheine | 05971/64583 |
| Michael Hoffmann | 7. Dan | | Gabriele-Münter 14 | 67105 Schifferstadt | 06235/1412 |
| Klaus Fingerle | 7. Dan | | Ringstraße 59/1 | 74936 Siegelbach | 07264/913057 |
| Thomas Richter | 7. Dan | Renshi | Gersdorfer Fußweg 11 | 09376 Oelsnitz | 037296/14350 |
| Dr. Martina Lohmann | 6. Dan | Renshi | Rheiner Landstraße 40 | 49078 Osnabrück | 0541/43139 |
| | | | | | |
| Horst Nehm | 8. Dan | | Am Stadtforst 9 | 44225 Dortmund | 0231/5022560 |
| Prof. Dr. Franz Diemand | 7. Dan | | Rotkelchenweg 4A | 26131 Oldenburg | 0441/4058960 |
| Mustafa Kamel | 7. Dan | | Am Wald 55 | 40597 Düsseldorf | 0176/21829104 |
| Holger Keßling | 7. Dan | | Eichsfeld 2 | 44265 Dortmund | 0231/7995448 |
| Brigitte Kipke-Osterbrink | 7. Dan | | Bültstiege 7 | 48429 Rheine | 02572/83222 |
| Huseyin Kül | 7. Dan | | Heinrich-Herzstr. 26 | 40789 Monheim | |
| Fotis Liaras | 7. Dan | | Lena-Christstr. 7 | 82008 Unterhaching | 0170/1114546 |
| Manfred Lustig | 7. Dan | | Tannenweg 1a | 74847 Obrigheim | 06261/7515 |
| Uwe Portugall | 7. Dan | | Massenezstr. 5 | 44265 Dortmund | 0231/468608 |
| Christian Schollenberger | 7. Dan | | Frankenstraße 6 | 74831 Gundelsheim-Bachenau | 06269/427001 |
| Günter Woltering | 7. Dan | | Josef-Wirmer-Str. 44 | 48429 Rheine | 05971/85377 |
| Wolfgang Bundschuh | 6. Dan | Renshi | Wettersdorfer Str. 50 | 74731 Walldürn | 06282/408034 |
| Dieter Demuth | 6. Dan | Renshi | Stettinerstraße 15 | 24960 Glücksburg | 04631/7700 |
| Simone Hoffmann | 6. Dan | | Gabriele-Münter 14 | 67105 Schifferstadt | 06235/1412 |
| Wolfgang Jordan | 6. Dan | Renshi | Emil-Stade-Straße 42 | 44536 Lünen | 0151/52909385 |
| Franz Katzlberger | 6. Dan | Renshi | Oberer Wienerweg 28 | A-4563 Micheldorf | +43/66475051583 |
| Elke Keßling | 6. Dan | | Eichsfeld 2 | 44265 Dortmund | 0231/7995448 |
| Christian Krämer | 6. Dan | | Niewelers Kamp 2 | 48485 Neuenkirchen | 05973/902333 |
| Wilfried Nickel | 6. Dan | | Krumme Masch 28 | 30926 Seelze | 05137/822492 |
| Ludger Niemann | 6. Dan | | Carl-Neuendorff-Weg 41 | 48161 Münster | 0162/2095018 |
| Christian Winkler | 6. Dan | Renshi | Otto-Hue-Str. 33b | 59174 Kamen | 02307/797879 |
| Thorsten Dirks | 5. Dan | | Bentheimer Straße 8 | 48465 Isterberg | 0170/7905404 |
| Alexander Jährig | 5. Dan | Renshi | August-Bebelstraße 3 | 02736 Oppach | 03583/5074024 |
| Klaus Mergel | 5. Dan | | Gerhard-Hauptmannstr. 6 | 30926 Seelze | 0511/485996 |
| Judith Niemann | 5. Dan | | Carl-Neuendorff-Weg 41 | 48161 Münster | 0170/4429901 |
| Udo Püschel | 5. Dan | | Stettinerstr. 67 | 40595 Düsseldorf | 0211/707245 |
| Thomas Richtsteig | 5. Dan | | Weinberge 6c | 15848 Beeskow | 0162/4327111 |
| Torsten Struwe | 5. Dan | | Am Seebach 40 | 91093 Heßdorf | 09135/8447660 |
| Wilson Sturm | 5. Dan | | Bernstorffstr. 4 | 13507 Berlin | 030/76703467 |
| Simo Tolo | 5. Dan | | Weingartstr. 65 | 41464 Neuss | 02131/45922 |
| Markus Wien | 5. Dan | | Albisstr. 44 | CH-6312 Steinhausen | +41/79 44404706 |
| Jochen Xenos | 5. Dan | | Breite Straße 86 | 41460 Neuss | 02131/222595 |

GKD Präsidium –

siehe Website des GKD <http://www.karate-gkd.de>

Die Anmeldung zur Dan-Prüfung GOJU-Ryu unterliegt der Verfahrensordnung des Deutschen Karate Verbandes. Diese kann auf der Website des DKV eingesehen werden. Die Anmeldung wird an den Bundesprüfungsreferenten gemäß Verfahrensordnung des DKV gerichtet.



Hinweise aus den Karate-Do Lehrgängen 2018 mit Hanshi Fritz Nöpel

Thema: Dan Prüfung. Kata Bunkai und SV.

Bei den Dan-Prüfungen werden immer wieder bei der Kata Bunkai Fehler gemacht. Die Darstellung sollte über Omote sein. Erst zum 3. Dan ist die Bunkai mit Okuden in Ordnung. Es sollten nur die Kombinationen gezeigt werden, die in der Kata auch vorkommen.

Ein weiterer Punkt ist die realistische Selbstverteidigung. Nur etwa 30 % der Teilnehmer machen es richtig. Die Ausführungen sind bei vielen nicht realistisch genug.

Es sollten drei Angriffe von vorn, einmal mit beiden Händen, einmal mit der Hand und einmal mit beiden Händen packen sein. Jeweils einmal von der Seite und einmal von hinten, packen oder Umarmen. Kein Angriff mit Zuki oder Geri Waza.

