

Kyu-Prüfungsprogramm

	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu
Basistechniken	ab 4. Kyu in Migi und Hidari				
Fallschule	vorwärts, rückwärts, seitwärts (ab 4. Kyu mit Steigerungen)				
Grundtechniken	1 bis 10				
Wurftechniken	0	1	2	3	4
Hebeltechniken	1	2	3	4	5
Halsdrucktechniken	0	0	1	2	3
Abwehrtechniken gegen	ab 4. Kyu gegen Angriffe in Migi und Hidari				
Handgelenkfassen	1	2	3	4	5
Revers- und Kragenfassen	0	1	2	3	4
Stockfassen	1	2	3	4	5
Umklammerungen	1	2	3	4	5
Würgeangriffe	0	1	2	3	4
Schläge	0	1	2	3	4
Tritte	0	1	2	3	4
Stockangriffe	0	0	1	2	3
Messerangriffe	0	0	0	1	2
Kata			Hanbo-Sho	Hanbo-Ni	Hanbo-San
Vorbereitungszeit	6 Monate				
Theorie	Etikette	Notwehr	Geschichte	Kyusho	Erste Hilfe