



2. Kyu - Prüfung

Die Prüfung erfolgt in Abstimmung mit den Lehrerinnen und Lehrern des Dojos. Eine eigenverantwortliche Vorbereitung wird erwartet. Die Regelwartezeit beträgt mindestens 8 Monate seit der Prüfung zum 3. Kyu, sowie mindestens 65 Trainingstage.

Metathema

Der Schwerpunkt liegt innerhalb der jeweiligen Technik beim angemessenen Timing sowie der Einhaltung der notwendigen Distanz (Ma-ai). Uke ist aufgefordert dynamisch anzugreifen. Die sichere Anwendung von Zanshin wird erwartet, ebenso ein sicheres Ukemi.

Die einzelnen Techniken können über die Links durch einfaches Anklicken abgerufen werden (die aktiven Links sind an der blauen Schrift erkennbar). Dabei wird in der Regel jeweils zuerst die Omote-Form und dann die Ura-Form gezeigt.

Folgetechniken zuzüglich der Prüfungsinhalte für den 3. - 5. Kyu

Suwari Waza

Katate Dori (Gyaku Hanmi Katate Dori)	Irimi Nage, Kote Gaeshi
Ryo Kata Dori	Ikkyo (Omote/Ura), Nikyo (Omote/Ura)
Yokomen Uchi	Ikkyo (Omote/Ura), Nikyo (Omote/Ura), Sankyo (Omote/Ura) Yonkyo (Omote/Ura), Gokyo (Omote/Ura), Irimi Nage

Hanmi Handachi Waza

Katate Dori (Gyaku Hanmi Katate Dori)	Ikkyo (Omote/Ura), Soto Kaiten Nage (Omote/Ura)
Ryote Dori	Shiho Nage (Omote/Ura)
Shomen Uchi	Kote Gaeshi

Tachi Waza

Ai Hanmi (Ai Hanmi Katate Dori)	Koshi Nage
Katate Dori (Gyaku Hanmi Katate Dori)	Sankyo (Omote/Ura), Yonkyo (Omote/Ura), Koshi Nage, Sumi Otoshi
Ryote Dori	Irimi Nage, Kote Gaeshi
Morote Dori (Katate Ryote Dori)	Irimi Nage
Kata Dori	Sankyo (Omote/Ura), Yonkyo (Omote/Ura)
Ryo Kata Dori	Kokyu Ho/Kokyu Nage Naname

Kata Dori Men Uchi	Ikkyo (Omote/Ura), Nikyo (Omote/Ura), Sankyo (Omote/Ura) Shiho Nage (Omote/Ura), Irimi Nage, Kote Gaeshi
Shomen Uchi	Gokyo (Omote/Ura), Shiho Nage (Omote/Ura), Uchi Kaiten Nage (Omote/Ura) Soto Kaiten Nage (Omote/Ura)
Yokomen Uchi	Gokyo (Omote/Ura), Kokyu Nage (diverse)
Chudan Tsuki	Irimi Nage
Jodan Tsuki	Ikkyo (Omote/Ura)

Ushiro Waza

Ushiro Ryote Dori	Kokyu Ho/Kokyu Nage Naname, Juji Garami
Ushiro Ryo Kata Dori	Ikkyo (Omote/Ura), Nikyo (Omote/Ura), Sankyo (Omote/Ura). Kokyu Ho/Kokyu Nage Naname
Ushiro Ryo Hiji Dori	Ikkyo (Omote/Ura)

Bokken

Alle Techniken beginnen mit dem Schwertziehen

- Yokomen Uchi (Hidari Hanmi und Migi Hanmi), 4x vorwärts, dann 4x rückwärts, nach dem Schnitt wird Uke mit der Kissaki (Schwertspitze) kontrolliert
- Kesa Giri (Hidari Hanmi und Migi Hanmi), 4x vorwärts, dann 4x rückwärts, nach dem Schnitt wird Uke mit der Kissaki (Schwertspitze) kontrolliert
- Chudan Tsuki (Hidari Kamae und Migi Kamae), 4x vorwärts, dann 4x rückwärts
- zurück in Chudan Kamae
- Shomen Uchi (Shiho Giri) – „Vier-Richtungs-Schlag“
- Shomen Uchi (Hachi Giri) – „Acht-Richtungs-Schlag“

Jo

Die Bewegung beginnt aus der Position Hito Emi (Fußposition Hidari Hanmi, Jo steht auf dem Boden auf und wird mit der linken Hand am Übergang zwischen oberen und mittleren Drittel gehalten)

„Spiegelübung“ mit Partner:in

- Hito Emi Chudan Tsuki (Hidari Hanmi, nach links ausweichend beginnen)
- nach rechts mit einem Rückwärtsschritt wechseln und mit Jo schützen
- Handwechsel und Yokomen Kiri Gaeshi
- Seitenwechsel und Gyaku Yokomen Kiri Gaeshi
- Ushiro Tsuki
- Seitenwechsle und Gedan Gaeshi
- Kiri Gaeshi (Schlag zum Handgelenk)
- danach die gleiche Übung mit Beginn aus Migi Hanmi