

Gruppe: Karate

Prüfungsordnung

für Karate im BKV



von: **Sven Goebel, Fachgruppenbeauftragter**



Vorwort

Die Fachgruppe 'Karate' des BKV e.V. besteht grundsätzlich aus allen traditionellen Karatearten, befasst sich jedoch weitestgehend mit der am weitest verbreiteten Stilrichtung 'Shotokan'.

Ziele

Oberstes Ziel der Fachgruppe 'Karate' ist die psychische und physische Weiterbildung, sowie die Gesunderhaltung eines jeden Schülers. Karate-Do darf keinesfalls als Kampfsport weitergetragen werden, in der Gewalt und Verletzung im Vordergrund stehen, sondern soll als traditionelle Kampfkunst gelehrt werden, die zwar einen kriegerischen Ursprung hat, aber in seiner Gesamtheit vor allem die Auseinandersetzung des Trainierenden mit sich selbst in den Vordergrund stellt.

Unterscheidung Wettkampf- / Breitensport

Breitensport

Karate-Do – wie oben beschrieben – ist für jeden Menschen geeignet und kann von Kleinkind an bis ins hohe Alter trainiert werden. Stehen im Kinder- und Jugendbereich mehr Kondition und Fitness im Vordergrund, muss bei den Erwachsenen mehr Wert auf Koordination, Ausgewogenheit und Rücken- und Gelenkschonendes Training gelegt werden.

Wettkampfsport

Im reinen Wettkampforientierten Karate steht das Ziel auf technischer Perfektion und Dynamik. Auch hier können sowohl Junge als auch ältere Menschen teilnehmen, die Trainingsintensität sollte allerdings viel höher sein als im Breitensport.



Prüfungsordnung

Alle Prüfungen müssen vorab mit dem Fachgruppenbeauftragten für Karate abgesprochen werden. Dieser tritt entweder selbst als Prüfer in Kraft oder benennt für die Prüfung einen anderen oder mehrere Prüfer. Die Benennung der Prüfer muss für jede Prüfung separat erfolgen.

Die Prüfer haben darauf zu achten, dass alle Prüflinge eine gültige Jahressichtmarke des BKV e.V. besitzen und sich an das Prüfungsprogramm der Fachgruppe Karate des BKV e.V. zu halten (Abweichungen sind im Voraus mit dem Fachgruppenbeauftragten abzusprechen).

Zur Prüfung zugelassen sind nur diejenigen, die am Tag der Prüfung in korrekter, sauberer und vollständiger Trainingskleidung (Gi und jeweiliger Gürtel) erscheinen.

Generell beträgt die Wartezeit zwischen den Kyu-Prüfungen 6 Monate, im Einzelfall kann eine Verkürzung beim Fachgruppenbeauftragten beantragt werden. Bei Dan-Prüfungen beträgt die Wartezeit die jeweilige nächste Dan-Gradierung im Jahren (Bsp. zum 3. Dan – 3 Jahre), Verkürzung nach Absprache und Sichtung durch Fachgruppenbeauftragten möglich.



Prüfungsordnung

9. Kyu – weiß-gelb

Kihon

1. Oi-Zuki Jodan
2. Age-Uke
3. Soto-Uke
4. Gedan-Barai
5. Uchi-Uke
6. Mae-Geri

Kata

Taikyoku Shodan

Kumite

Gohon-Kumite

(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan)

Bunkai

Eine Technik aus dem Kihon in Anwendung



Prüfungsordnung

8. Kyu – gelb

Kihon

1. Oi-Zuki Jodan
2. Age-Uke
3. Soto-Uke
4. Gedan-Barai
5. Uchi-Uke
6. Mae-Geri
7. Shuto-Uke

Kata

Heian Shodan

Kumite

Gohon-Kumite

(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan, Mae-Geri Chudan)

Bunkai

Zwei Techniken aus dem Kihon in Anwendung



Prüfungsordnung

7. Kyu – orange

Kihon

1. Oi-Zuki
2. Sanbon.-Zuki
3. Age-Uke, Gyaku-Zuki
4. Gedan-Nagashi-Uke
5. Soto-Uke, Gyaku-Zuki
6. Mawashi-Geri
7. Yoko-Geri Kekomi

Kata

Heian Nidan

Kumite

Sanbon-Kumite

(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan)

Bunkai

Zwei Techniken aus dem Kihon in Anwendung



Prüfungsordnung

6. Kyu – grün

Kihon

1. Sanbon-Zuki
2. Uchi-Uke, Kizami-Zuki, Gyaku-Zuki
3. Mae-Geri, Oi-Zuki
4. Shuto-Uke, Gyaku Nukite-Zuki
5. Mawashi-Geri
6. Age-Uke, Gyaku-Zuki
7. Yoko-Geri Kekomi

Kata

Heian Sandan

Kumite

Kihon-Ippon Kumite

(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan, Mae-Geri)

Bunkai

Drei Techniken aus dem Kihon in Anwendung



Prüfungsordnung

5. Kyu – blau I

Kihon

1. Ren-Zuki
2. Soto-Uke, Gyaku Mae-Empi
3. Morote-Uke, Gyaku-Zuki
4. Age-Uke, Gyaku-Zuki
5. Shuto-Uke, Gyaku Nukite-Zuki
6. Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki
7. Ushiro-Geri

Kata

Heian Yondan

Kumite

Okuri-Ippon Kumite

(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan, Mae-Geri)

Bunkai

Drei Techniken aus dem Kihon in Anwendung



Prüfungsordnung

4. Kyu – blau II

Kihon

1. Ren-Zuki
2. Sanbon-Zuki
3. Age-Uke, Mae-Geri (hinten absetzen), Gyaku-Zuki
4. Soto-Uke, Yoko-Empi, Yoko-Uraken Jodan
5. Morote-Uke, Kizami-Zuki, Gyaku-Zuki
6. Mae-Geri (hinten absetzen), Mawashi-Geri
7. Yoko-Geri Kekomi
8. Ushiro-Geri

Kata

Heian Godan

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite

(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan, Mae-Geri)

Bunkai

Drei Techniken aus dem Kihon in Anwendung



Prüfungsordnung

3. Kyu – braun I

Kihon

1. Ren-Zuki
2. Age-Uke, Mae-Geri (hinten absetzen), Gedan-Barai, Gyaku-Zuki
3. Oi-Zuki vorwärts, Gedan-Barai rückwärts, Oi-Zuki vorwärts
4. Morote-Uke, Shuto-Uchi Jodan, Gyaku-Zuki
5. Soto-Uke, Yoko-Empi, Yoko-Uraken Jodan, Gyaku-Zuki
6. Shuto-Uke, (vorderes Bein) Yoko-Geri Kekomi, Gyaku Nukite-Zuki
7. Mae-Ashi-Geri, Mawashi-Geri
8. Ushiro.Geri

Kata

Tekki-Shodan oder Empi
(beide müssen vom Ablauf gekonnt werden)

Kumite

Jiyu-Ippon Kumite
(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan, Mae-Geri, Mawashi-Geri, Ushiro-Geri)

Bunkai

Vier Techniken aus dem Kihon in Anwendung
Drei Kombinationen aus der Kata in Anwendung.



Prüfungsordnung

2. Kyu – braun II

Kihon

1. Sanbon-Zuki
2. Age-Uke, (mit gleichem Arm) Soto-Uke, Gyaku-Zuki
3. Oi-Zuki vorwärts, Gedan-Barai rückwärts, Ren-Zuki vorwärts
4. Shuto-Uke, (mit gleichem Arm) Shuto-Uchi Jodan, Gyaku Haito-Uchi Jodan
5. Mae-Geri, (mit gleichem Bein, ohne Absetzen) Mawashi-Geri
6. Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki
7. Ura-Mawashi-Geri

Kata

Jion

Kumite

Happo-Kumite

(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan, Mae-Geri, Mawashi-Geri, Ushiro-Geri)

Bunkai

Zwei Techniken aus dem Kihon in Anwendung

Vier Kombinationen aus der Kata in Anwendung.



Prüfungsordnung

1. Kyu – braun III

Kihon

1. Kizami-Zuki, Ren-Zuki
2. Oi-Zuki, Te-Otoshi-Uke, Mae-Ashi-Geri, Gyaku-Zuki
3. Shuto-Uchi, Mae-Geri (vorne absetzen), Gyaku Haito-Uchi-Jodan
4. Ushiro-Geri, Yoko-Uraken-Uchi, Gyaku-Zuki
5. Mae-Mawashi-Geri, Ura-Mawashi-Geri
6. Mae-Geri, Mawashi-Geri, Ushiro-Geri
7. Ura-Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki
8. Yoko-Geri Kekomi

Kata

Kanku-Dai

Kumite

Happo-Kumite

(Angriff: Oi-Zuki Jodan, Oi-Zuki Chudan, Mae-Geri, Mawashi-Geri, Ushiro-Geri)

Bunkai

Zwei Techniken aus dem Kihon in Anwendung

Fünf Kombinationen aus der Kata in Anwendung.



Prüfungsordnung

1. Dan – Schwarz I

Kihon

1. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
2. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
3. Oi-Zuki
4. Sanbon-Zuki
5. Ren-Zuki vorwärts, Age-Uke, Gyaku-Zuki rückwärts, Uraken-Uchi, Gyaku-Zuki vorwärts
6. Mae-Geri, Ren-Zuki
7. Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki
8. Gyaku-Zuki, Mae-Ura-Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki

Kata

Jion und Kanku-Dai

Kumite

Happo-Kumite

Vier Angriffe nach Wahl des Prüflings

Bunkai

Fünf Kombinationen aus der Kata in Anwendung.

Die zwei freien Kombinationen in Anwendung.



Prüfungsordnung

2. Dan – Schwarz II

Kihon

1. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
2. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
3. Kizami-Zuki, Sanbon-Zuki
4. Ren-Zuki vorwärts, Age-Uke, Mae-Geri (hinten absetzen), Gyaku-Zuki rückwärts, Gyaku-Zuki vorwärts
5. Mae-Geri, Mawashi-Geri, Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki
6. Mae-Mawashi-Geri, Ura-Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki
7. Ushiro-Geri, Uraken-Uchi, Gyaku-Zuki
8. Shuto-Uke rückwärts, Yoko-Empi vorwärts

Kata

Wahl zwischen

Bassai-Dai, Gojushiho-Sho, Empi, Gankaku, Kamku-Sho

Kumite

Happo-Kumite

Vier Angriffe nach Wahl des Prüflings

Bunkai

Wahl-Kata in Anwendung.

Die zwei freien Kombinationen in Anwendung.



Prüfungsordnung

3. Dan – Schwarz III

Kihon

1. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
2. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
3. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
4. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
5. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
6. Kombination frei nach Wahl des Prüflings

Kata

Wahl zwischen

Unsu, Gojushiho-Dai, Sochin, Nijushiho, Chinte, Bassai-Sho

Kumite

Happo-Kumite

Vier Angriffe nach Wahl des Prüflings

Bunkai

Wahl-Kata in Anwendung.

Drei der Kombination nach Wahl des Prüflings freien Kombinationen in Anwendung.



Prüfungsordnung

4. Dan – Schwarz IV

Kihon

1. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
2. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
3. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
4. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
5. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
6. Kombination frei nach Wahl des Prüflings

Kata

Wahl zwischen

Tekki 2, Tekki 3, Jitte, Jiin, Meikyo, Hangetsu, Wankan

Kumite

Happo-Kumite

Vier Angriffe nach Wahl des Prüflings

Bunkai

Wahl-Kata in Anwendung.

Drei der Kombination nach Wahl des Prüflings freien Kombinationen in Anwendung.



Prüfungsordnung

5. Dan – Schwarz V

Kihon

1. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
2. Kombination frei nach Wahl des Prüflings

Kata

Freie Demonstration von zwei Kata

Bunkai

Beide Kata auszugsweise in Anwendung.



Prüfungsordnung

6. Dan – Schwarz VI

Kihon

1. Kombination frei nach Wahl des Prüflings
2. Kombination frei nach Wahl des Prüflings

Kata

Freie Demonstration einer Kata

Bunkai

Kata in Anwendung.

Weiteres

Vom Prüfling frei gewähltes Thema. Das Thema soll eine praktische Demonstration und eine schriftliche Ausarbeitung beinhalten.

Gruppe: Karate



Platz für Erweiterungen

Gruppe: Karate



Platz für Erweiterungen

Gruppe: Karate



Platz für Erweiterungen