

Alle Vokabeln der vorangegangenen Prüfungen werden vorausgesetzt. Es werden nur noch die neuen Vokabeln zur neuen Gürtelstufe präsentiert.

Technik – Japanisch	Erläuterung / Übersetzung
<u>Techniken</u>	
Mae-Mawashi-Geri	Halbkreisfußtritt mit dem vorderen Bein
<u>Kata</u>	
Tekki Shodan Ganze Kata	Eisenreiter 1. Stufe
Jodan-Nagashi-Uke und Gedan Barei	Beidseitige Abwehr
Ura-Zuki	Fauststoß mit der Handfläche nach oben, i.d.R. ist der Arm gebeugt
Nami-Ashi	Ausweichbewegung mit dem Bein um einen Fußfeger zu entgehen
Gaiwan-Uke	Abwehr mit dem äußeren Unterarm (Seite der Elle)
Morote-Zuki oder Zuki und Kage-Zuki	Fauststoß mit beiden Armen

Alle Vokabeln der vorangegangenen Prüfungen werden vorausgesetzt. Es werden nur noch die neuen Vokabeln zur neuen Gürtelstufe präsentiert.

Technik – Japanisch	Erläuterung / Übersetzung
<u>Kumite</u>	
Jiyu Ippon Kumite	Vorgegebener Kampf mit einem Angriff
Jiyu Kumite	Freikampf
<u>Kumite am Ball</u>	
Gyaku-Zuki Überlaufen	Gyaku-Zuki innerhalb der Vorwärtsbewegung, Rückzugbewegung ist beendet, wenn der Schritt nach vorne beendet ist
Gyaku-Gyaku Schritt	Erster Gyaku im Stand, dann Schritt vor mit Gyaku-Zuki
Direkter Konter	Kontertechnik, i.d.R. Gyaku-Zuki, zur gleichen Zeit der Angriffstechnik des Partners
Indirekter Konter	Kontertechnik <u>nach</u> der Angriffstechnik des Partners, welche geblockt oder ausgewichen wurde