

Prüfungsprogramm 4. Dan

Angriff		Technik	Erläuterungen
TACHIWAZA			
Yokomenuchi	1	Ikkyo bis Yonkyo	Omote, Ura Ushiroashi Irimi Tenkan, Kirioroshi
Shomenuchi Kiawase	2	Ikkyogoshi bis Yonkyogoshi	Renrakuhenka-Waza
	3	Iriminage, Tenchinage, Kubijime	
	4	Kotegaeshi, Genkeikokyunage, Udehishigi	
	5	Shihonage, Udekimenage, Udekimekoshinage	
	6	Ikkyo, Udegaraminage, Gyaku-Hijikimeosae	Für Udegaraminage: Theorie Sankyo
Jodantsuki	7	Jiyuwaza	
Katatetori Gyakuhanmi	8	Shihonage, Furizukikokyunage oder Kokyunage	1. Tori: Tenkan Tenshin Sabaki 2. Uke: normal → Shihonage ziehen → Furizukikokyunage blockieren → Kokyunage
Katatetori Aihanmi	9	Ikkyo	Ikkyo- bis Yonkyo-Kuzushi (Ikkyo Ura, 3 verschiedene Ikkyo Omote)
	10	Ikkyo, Iriminage	Renrakuhenka-Waza, Tenkan Sabaki (Kamihanen, Shimohanen)
	11	Jiyuwaza	
Katatetori Gyakuhanmi	12	Jiyuwaza	
Ryotetori	13	Tenchinage, Genkeikokyunage	Verschiedene, dann Jiyuwaza
Ryoeritori	14	Kaitenkokyunage	dann Jiyuwaza
	15	Yonintori	dann Taninzutori
Katate Ryotetori	16	Kotegaeshi	} Kigata, Tanren: Kamihanen, Shimohanen (Tori dreht immer auf die gleiche Seite, Technik rechts und links)
	17	Iriminage	
	18	Kokyunage	Verschiedene
	19	Futaritori Jiyuwaza	Tanren, Kigata
Ushiro Ryokatatori	20	Chinshin Kokyunage	
	21	Iriminage, Kotegaeshi, Shihonage, Ikkyo	
	22	Genkeikokyunage	
Ushiro Hijitori	23	Jiyuwaza	
Katatori Menuchi	24	Jiyuwaza	1. Maeashi Irimi 2. Ushiroashi Irimi 3. Tenkan Tenshin
Chudantsuki	25	Ikkyo, Hijikimeosae, Uchikaiten Sankyo, Shihonage, Udegarami	} aussen oder innen
	26	Taninzutori	mit Furizuki Kokyunage, Tenchinage, Genkeikokyunage
Yokomenuchi	27	Kotegaeshi	Maeashi Irimi (Hitoemi)
		Ikkyo	Maeashi Irimi (Sankakutai)
		Teguruma	Ushiroashi Irimi (Hitoemi)
		Ipponseoinage	Ushiroashi Irimi (Sankakutai)
	28	Shihonage, Ikkyo	Ainuke
	29	Jiyuwaza	
Katate Ryotetori	30	Ikkyo bis Yonkyo	Tenkan Tenshin: Kamihanen: Omote und Shimohanen: Ura
Tachi	31	Tachidori	
	32	Aikiken	