



# Senioren Dan ab 46 Jahre bis 65 Jahre

Ab 66 Jahren wird die Prüfung mit dem Dojoleiter und der PK besprochen

## Kihon

Junzuki / Kette Junzuki

Gyakuzuki / Kette Gyakuzuki

Junzuki no tsukomi / Kette Junzuki no tsukomi

Gyakuzuki no tsukomi / Kette Gyakuzuki no tsukomi

Tobikomizuki

Nagashizuki

Rezokuwaza **(NEU)**

Für das Jahr 2020: Gyakuzuki, Uraken, Maegeri, Mawashigeri, Gyakuzuki<sup>1</sup>

## Ohyo Kumite

1. Dan 1-3 **(NEU)**

2. Dan 1-4 **(NEU)**

3. Dan 1-5 **(NEU)**

4. Dan 1-6 nur SKF Diplom **(NEU)**

5. Dan 1-8 nur SKF Diplom **(NEU)**

## Kihon Kumite

1. Dan 1-5

2. Dan 1-7 **(NEU)**

3. Dan 1-10 **(NEU)**

4. Dan / 5. Dan 1-10 nur SKF Diplom **(NEU)**

## Idori Kumite

1. Dan kein

2. Dan eine frei nach Wahl **(NEU)**

3. Dan zwei frei nach Wahl **(NEU)**

4. Dan drei frei nach Wahl nur SKF Diplom **(NEU)**

5. Dan alle nur SKF Diplom **(NEU)**

## Tantodori Kumite

1. Dan kein

2. Dan eine frei nach Wahl **(NEU)**

3. Dan zwei frei nach Wahl **(NEU)**

4. Dan drei frei nach Wahl nur SKF Diplom **(NEU)**

5. Dan alle nur SKF Diplom **(NEU)**

## Kata:

1. Dan 1-5 Pinan Kata`s, Chinto und eine Tokui Kata

2. Dan 1-5 Pinan Kata`s, Seishan, zwei Tokui Kata **(NEU)**

3. Dan 1-5 Pinan Kata`s, Chinto und Seishan, drei Tokui Kata **(NEU)**

4. Dan 1-5 Pinan Kata`s Chinto oder Seshan und vier Tokui Kata nur SKF Diplom **(NEU)**

5. Dan 1-5 Pinan Kata`s Chinto oder Seshan und fünf Tokui nur SKF Diplom **(NEU)**

---

<sup>1</sup> Wird jährlich angepasst