

Richtlinien / Grundsätzliches

Unterstufe 9. - 7. Kyu

In der Unterstufe erlernt der Prüfling die Grundform der einzelnen Techniken. Den Abschluss dieser Stufe bildet der 7. Kyu, der den Übergang zur Mittelstufe vorbereiten soll. Prüfer und Prüfling achten vor allem auf sichere Stände, korrekte Techniken und Ausholbewegungen. Die aufrechte Haltung des Oberkörpers ist ein wichtiges Merkmal. Die Prüflinge zum 7. Kyu müssen bereits gute Ansätze von innerer und äußerer Spannung zeigen.

Im Kumite sind die kontrollierte Ausführung der Techniken und die richtige Distanz beider Partner besonders zu beachten. In der Kata sind sowohl korrekte Abläufe, die beim 7. Kyu bereits Rhythmus erkennen lassen, als auch ein Verständnis der Hintergründe der Techniken in der Kata gefordert.

Die Selbstverteidigung ist ein natürlicher Bestandteil des Karate. Das Erlernen der Kampfkunst Karate soll den Karateka zur Selbstbehauptung und zur Selbstverteidigung befähigen.

Dieses Lernziel muss bei der Ausbildung berücksichtigt werden, wurde jedoch nicht als zu prüfender Teil in die Prüfungsordnung aufgenommen.

Mittelstufe 6. - 4. Kyu

Die Grundtechniken, die jetzt häufig in Kombinationen gezeigt werden, sollen sich von der Grundform zur Feinform entwickeln. Bei der Ausführung der Kombinationen ist wichtig, dass sich die Qualität der Einzeltechnik nicht verschlechtern darf. Besonderer Wert wird auf folgende Merkmale gelegt: Bewegungsrhythmus, bewusster Hüfteinsatz, Standfestigkeit, Atemtechnik und Kime.

Im Kumite müssen sich die technischen Fertigkeiten in Bewegungsvielfalt, Kampfgeist und Kontrolle ausdrücken. Der Respekt vor der Gesundheit des Partners ist einer der Eckpfeiler des fortgeschrittenen Karatekas!

In der Kata soll sich das weiter entwickelte Können des Prüflings sowohl im Verständnis (Bunkai) als auch in der Flüssigkeit (Rhythmus) des Vortrages zeigen.

Oberstufe 3. - 1. Kyu

Die Grundschule der Oberstufe zeichnet sich durch eine Vielzahl schwieriger Kombinationen aus. Dabei ist Qualität in den Einzeltechniken, im Rhythmus in den Verbindungen, in der Standfestigkeit und nicht zuletzt in der Ausdauer zu zeigen. Sie spiegelt den Fleiß und die Intensität des Trainings wider.

Im Kumite wird sowohl das Jiyu-Ippon-Kumite, als auch der freie Kampf (Jiyu-Kumite) geprüft.

Beides stellt höchste Anforderungen an den Prüfling. Nur wer exakte Technik mit Kampfgeist und Kontrolle paart, erfüllt die hier gesetzten Anforderungen. Sieg oder Niederlage ist beim Jiyu-Kumite nicht prüfungsentscheidend. In der Kata, den realistischen Anwendungen und im Bunkai, muss der Prüfling ein fortgeschrittenes Verständnis des Zusammenhangs von Kata und sinnvollen Anwendungen zeigen können. Alle bis zur jeweiligen Graduierung erlernten Katas gehören in der Oberstufe selbstverständlich mit zum Prüfungsstoff.

Die folgenden Grundsätze sind bei den Prüfungen zu beachten:

- Die körperlichen und altersbedingten Fähigkeiten in allen Altersstufen: Kinder, Jugendliche, Erwachsene sowie Senioren sind zu berücksichtigen.
 - Die Prüflinge sind für ihren körperlichen und gesundheitlichen Zustand selbst verantwortlich.
 - Prüflinge mit nicht ausgeheilten Verletzungen, grippalen Infekten etc. am Tage der Prüfung, können an dieser Prüfung nicht teilnehmen.
 - Eine grundsätzliche Berücksichtigung in der Ausführung der Techniken für Menschen mit Behinderung muss durch die Prüfer vorgenommen werden und wird erwartet.
 - Alle Keri-Techniken werden grundsätzlich - wenn nichts anders vorgeschrieben ist - Jodan ausgeführt. Abweichungen auf Grund körperlicher Einschränkungen sind möglich.
 - Armtechniken werden grundsätzlich - wenn nichts anders vorgeschrieben ist - Chudan ausgeführt.
 - Techniken und Kombinationen werden - wenn nichts anderes vorgeschrieben ist - 5x gezeigt.
 - Die Ausführung der Techniken richtet sich grundsätzlich nach dem Buch „KARATE-DO“ und den Ausführungen in den Büchern „KARATE PERFEKT“ von M. Nakayama.
 - Das Hinzuziehen eines Kampfrichters beim Jiyu-Kumite darf nur ordnenden Charakter haben, eine Punktevergabe soll nicht erfolgen.
 - Ausrichter und Prüfer haben für einen „würdigen“ Rahmen bei der Prüfung zu sorgen (Kleidung etc.).
 - Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Prüfungen Kihon, Kata, Kumite und Bunkai entsprechend der jeweiligen Prüfung beinhalten müssen.
 - Zuwiderhandlungen können zur Ungültigkeitserklärung der Prüfung und zum Entzug der Prüferlizenz der Prüfer führen
-