

## 8. Kyu – Gelbgurt



### Tzuki & Keri – Grundtechniken

1. *Kamaete*
2. *Junzuki*
3. *Gyakuzuki*
4. *Jodan Uke*
5. *Uchi Uke*
6. *Soto Uke*
7. *Gedan Barai*
8. *Maegeri*
9. *Maegeri Kakato Chudan*
10. *Maegeri Kakato Jodan*
11. *Maegeri Kekomi*
12. *Maehizageri*

### Wendungstechniken nach Ansage des Prüfers

### Renrakuwaza – Kombinationen

1. *Maegeri – Gyakuzuki – Maegeri Kakato Jodan*
2. *Maegeri Kokomi Chudan – Gyakuzuki – Maehizageri*
3. *Maegeri Kakato Jodan – Maegeri Kekomi*

### Kumite

*Angriff: Tzuki Jodan      Abwehr: Frei*  
*Angriff: Tzuki Chudan      Abwehr: Frei*

*Demonstration von Grundschultechniken am Partner, nach Wahl des Prüfers*

### Selbstverteidigung

*Einfache SV-Techniken gegen:      Festhalten einer Hand, beider Hände*

*Würgen mit den Händen von vorn, der Seite,  
von hinten*

**Kata**

*Taeyoko*