

Prüfung zum 5. DAN (Shotokan)

Prüfling  
Heinz Deecke  
Karate Schule OTOMO Zittau e.V.

Erläuterungen zu den Prüfungsteilen

Kihon und Kataanwendungen

# Kihon

## Kombinationen nach Ansage des Prüflings

<b>Kombination 1</b>  Jodan Heiwan Nagashi Uke (re), Jodan Hiraken Tsuki (li) [ND], Chudan Tate Shuto Uchi (re), Ura Tsuki (li) [SaD]	<b>Anwendung</b>  Tsuki Angriff blocken gleichzeitig Hiraken Tsuki zum Halsbereich, sofort weiter mit Tate Shuto Uchi zum Brustbereich und Ura Tsuki zum Rumpf. Stellungswechsel von Nekoashi Dachi zu Sanchin Dachi
<b>Kombination 2</b>  45° schräg zurück mit Tate Shuto Uke (re) [SD], Tsukami Yose (re) [ND], Mae Geri, Gyaku Teisho Zuki (li)	<b>Anwendung</b>  Tsuki Angriff blockieren und Schlagarm fassen, Mae Geri zum Rumpf oder Oberschenkel des Angreifers und Teisho Tsuki zum Kopf
<b>Kombination 3</b>  vor mit Morote Jodan Shuto Uke [FD], nach vorn gleiten mit Morote Shuto Uchi und Morote Teisho Uchi [FD]	<b>Anwendung</b>  Angriff erfolgt z.B. durch beidseitiges greifen zum Kopf. Dagegen Morote Shuto Uke und gleitend übergehend mit Morote Shuto Uchi zum Hals und weiter den Angreifer wegstoßend mit Morote Teisho Uchi. Alle Techniken im Fudo Dachi ausführen.
<b>Kombination 4</b>  zurück mit Juji Uke Jodan [ZK], Mawashi Geri, Soto Ude Uke, Gyaku Tsuki	<b>Anwendung</b>  Angriff mit Tsuki Jodan, mit Juji Uke aufnehmen, den Angriffsarm fassen und schräg nach vorn unten ziehen, Mawashi Geri (ggf. Hiza Geri) zum Rumpf, mit der Soto Ude Uke Bewegung Druck auf den (immer noch fixierten) Angriffsarm. Der Angreifer wird hierdurch zu Boden gebracht und mit Gyaku Tsuki der Angriff beendet.

### Erläuterung

ND	Nekoashi Dachi
SaD	Sanchin Dachi
FD	Fudo Dachi
SD	Shiko Dachi
ZK	Zenkutsu Dachi

# Tokui Kata

## Kata und Kataanwendungen

### 1. Kata HANGETSU

#### 2. Anwendungen

Sequenz der Kata	Angriff	Anwendung
1. vorgehen mit Uchi Uke und Gyaku Tsuki	Chudan Tsuki (Oi- oder Gyaku)	a) in den Angriff hineingehen und gleichzeitig Uchi Uke und Gyaku Tsuki ausführen b) nach a) zusätzlich auf anderer Seite Uchi Uke als „Uraken Uchi oder Tetsui Uchi“ zum Kopf des Gegners und Gyaku Tsuki. Deckt damit die ersten zwei Sequenzen der Kata ab.
2. Uchi Uke und Gyaku Tsuki gefolgt von Chudan Morote Ippon Ken	Chudan Tsuki (Oi- oder Gyaku)	in den Angriff hineingehen und gleichzeitig Uchi Uke und Gyaku Tsuki ausführen, darauffolgend, abhängig von der Größe des Angreifers, Morote Ippon Ken zum Brustbereich (unterhalb der Brustwarzen) oder zum Hals unterhalb des Kiefers.
3. Morote Haisho Uke Jodan/Morote Shuto Uchi Gedan	Jodan Oi Tsuki oder Jodan Mawashi Tsuki	Aus dem Angriff herausdrehen (Tai Sabaki) und mit Jodan Haisho Uke blocken und sofort weiterführen mit Gedan Shuto Uchi in den Genitalbereich. Die Morote Form wird hier zur Solo Form.
4. Jodan Haito Uchi/Gedan Shuto Uchi	Chudan Tsuki (Oi- oder Gyaku)	Der Tsuki wird mit Gedan Shuto Uchi gestoppt, nahezu gleichzeitig erfolgt Haito Uchi zum Kopf des Angreifers (Trefferfläche entsprechend Größe und aktuelle Position des Angreifers). Die Drehbewegung der Hand wird als Tsukami Yose gewertet (Griff zum Hals und Zugbewegung).

5. Uchi Uke/Ren Tsuki	Chudan Tsuki (Oi- oder Gyaku)	in den Angriff hineingehen und gleichzeitig Uchi Uke und Gyaku Tsuki ausführen, den zweiten Tsuki als Stoßbewegung verwenden um Distanz zum Angreifer zu bekommen
6. Tate Uraken synchron mit Bein anheben	Angriff mit Fuß (Mae Geri oder Mawashi Geri Chudan oder Low Kick)	a) Mit Bein den Angriff blocken und sofort Tate Uraken Uchi zum Kopf b) Gyaku Mikatsuki Geri zum Rumpf und Tate Uraken Uchi.
7. Übersetzungsschritt, Mae Geri, Gedan Barai, Gyaku Tsuki, Age Uke	Angriff Oi Tsuki (links) gefolgt von Gyaku Tsuki	Ausholbewegung zum Gedan Barai als Block (Nagashi) gegen den Tsuki. Gedan Barai gegen den Gyaku Tsuki und gleichzeitig Gyaku Tsuki gegen den Angreifer. Age Uke als Schlag mit dem Unterarm zum Kopf des Angreifers.
8. Endsequenz der Kata	Angriff Oi Zuki Chudan	Haishu Uke gegen den Angriffsarm, Arm fixieren und Mikatsuki Geri zum Rumpf und Gyaku Tsuki zum Kopf. Den nach vorn kippenden Angreifer mit beiden Händen (Teisho Awase Uke) zu Boden drücken