



				Prüfungsinhalt																	
Erw.-grad	Kids-grad	Gürtel-farbe	Voraus-setzungen	Basis	Fall-schule	Bewegungs-grundlagen	Ikkyo	Nikyo	Sankyo	Yonkyo	Gokyo	Shihonage	Iriminage	Kote-gaeshi	Kaiten-nage	Tenchi-nage	Jiyuwaza	Kokyuho			
	10. Kyu	Weiß	10 Übungstage	Seiza, Etikette (Verbeugen und Verhalten im Dojo), Ankleiden, inkl. Gürtel binden	Ushiro ukemi	Kamae (Stehen), Irimi Tenkan													Suwari waza		
	9. Kyu	Weiß / Gelb	15 Übungstage nach dem 10. Kyu		Ushiro Ukemi, Mae Ukemi	Kamae (Stehen), Tai Sabaki (Körperbewegungen)	Katatedori						Katatedori								
5. Kyu	8. Kyu	Gelb	15 Übungstage nach dem 9. Kyu		Ushiro Ukemi, Mae Ukemi, Yoko Ukemi		Katatedori, Shomen-uchi							Katatedori	Shomen-uchi						
	7. Kyu	Gelb / Orange	20 Übungstage nach dem 8. Kyu				Katatedori, Katadori (omote/ura)							Yokomen-uchi	Shomen-uchi						
4. Kyu	6. Kyu	Orange	20 Übungstage nach dem 7. Kyu				Shomen-uchi (omote/ura)	Katadori (omote/ura)						Yokomen-uchi	Shomen-uchi						
	5. Kyu	Orange / Grün	25 Übungstage nach dem 6. Kyu				Shomen-uchi (omote/ura)							Yokomen-uchi	Shomen-uchi				Ryotedori		
3. Kyu	4. Kyu	Grün	25 Übungstage nach dem 5. Kyu				Shomen-uchi (tachi waza und suwari waza / omote/ura)							Yokomen-uchi, Ryotedori	Shomen-uchi, Tsuki				Ryotedori		
	3. Kyu	Grün / Blau	25 Übungstage nach dem 4. Kyu				Shomen-uchi, Katadori (tachi waza und suwari waza / omote/ura)							Yokomen-uchi, Ryotedori	Shomen-uchi, Tsuki	Katatedori			Ryotedori		
2. Kyu	2. Kyu	Blau	25 Übungstage nach dem 3. Kyu				Shomen-uchi, Katadori (tachi waza und suwari waza / omote/ura)							Katatedori hanmi-handachi	Shomen-uchi, Tsuki, Katatedori	Katatedori			Ryotedori	Katatedori	
1. Kyu	1. Kyu	Braun	60 Übungstage nach dem 2. Kyu				Shomen-uchi, Yokomen-uchi, Katate-dori, Katadori, Ushiro Ryotedori, Katadori-men-uchi (tachi waza und suwari waza / omote/ura)					Yokomen-uchi	Katatedori, Ryotedori, hanmi-handachi, tachi waza	Shomen-uchi, Tsuki, Katatedori					Ryotedori	Katatedori, Ryotedori, Morotedori	Suwari waza, Tachi waza