

## Kampfkunstschule Martino Fromm

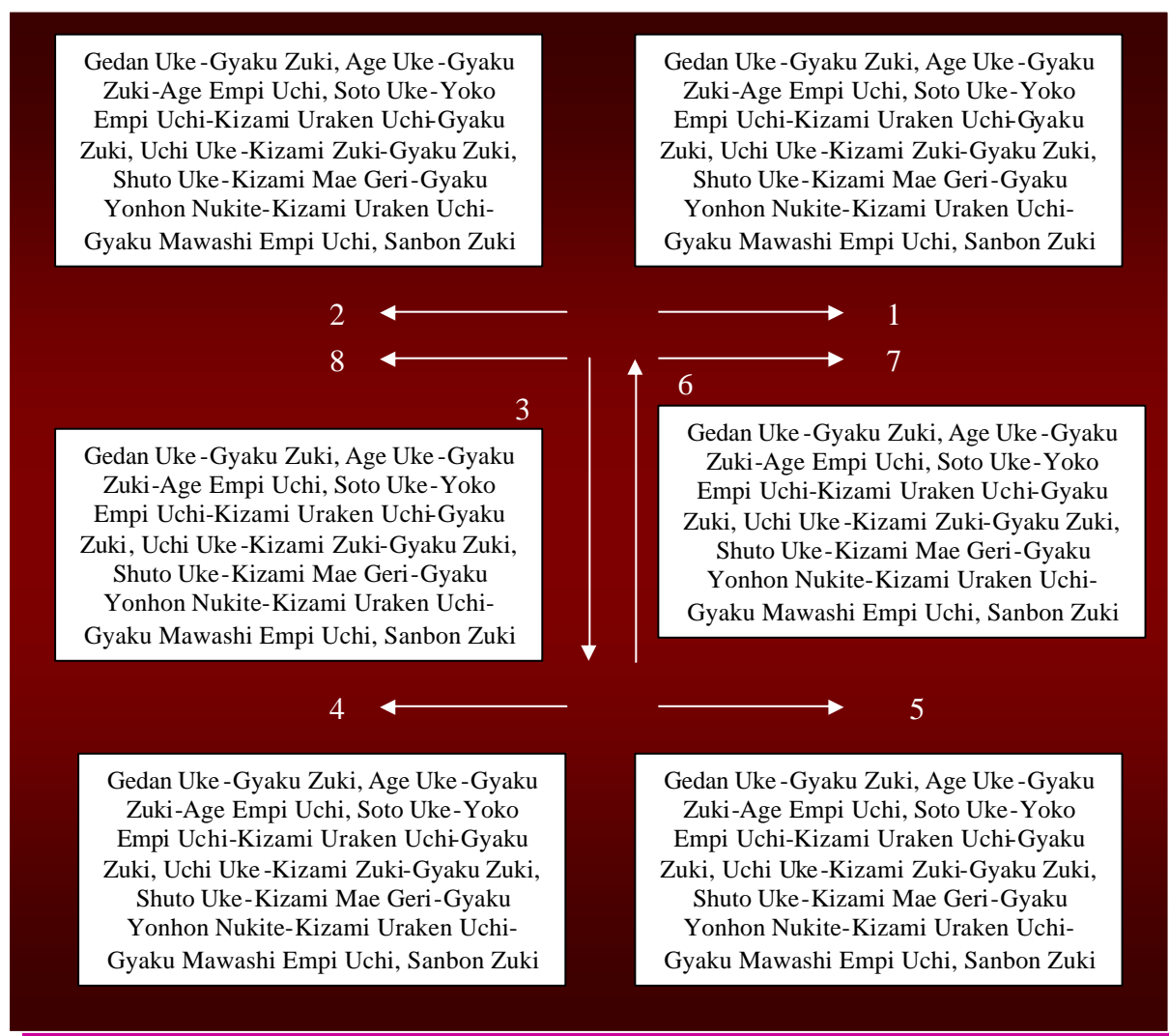
Willem Barents Straße 8, 18106 Rostock

Homepage: [MartinoFromm.de](http://MartinoFromm.de), Email: [Kampfkunst@martinofromm.de](mailto:Kampfkunst@martinofromm.de), Tel.: 01736411015

# Prüfungsinhalte 3. Kyu

- 1.) Kihon Kata 3.Kyu
- 2.) Shiho Gyaku Zuki, Shiho Uraken Uchi, Shiho Empi Uchi & Goho Geri
- 3.) Makiwara: Sanbon Zuki, Shuto Uchi & Haito Uchi
- 4.) Kata – Heian Shodan, Nidan, Sandan, Yondan, Godan & Tekki Shodan
- 5.) Goshin Kumite Heian Shodan, Nidan, Sandan, Yondan, Godan & Tekki

## Uke Kata 3.Kyu

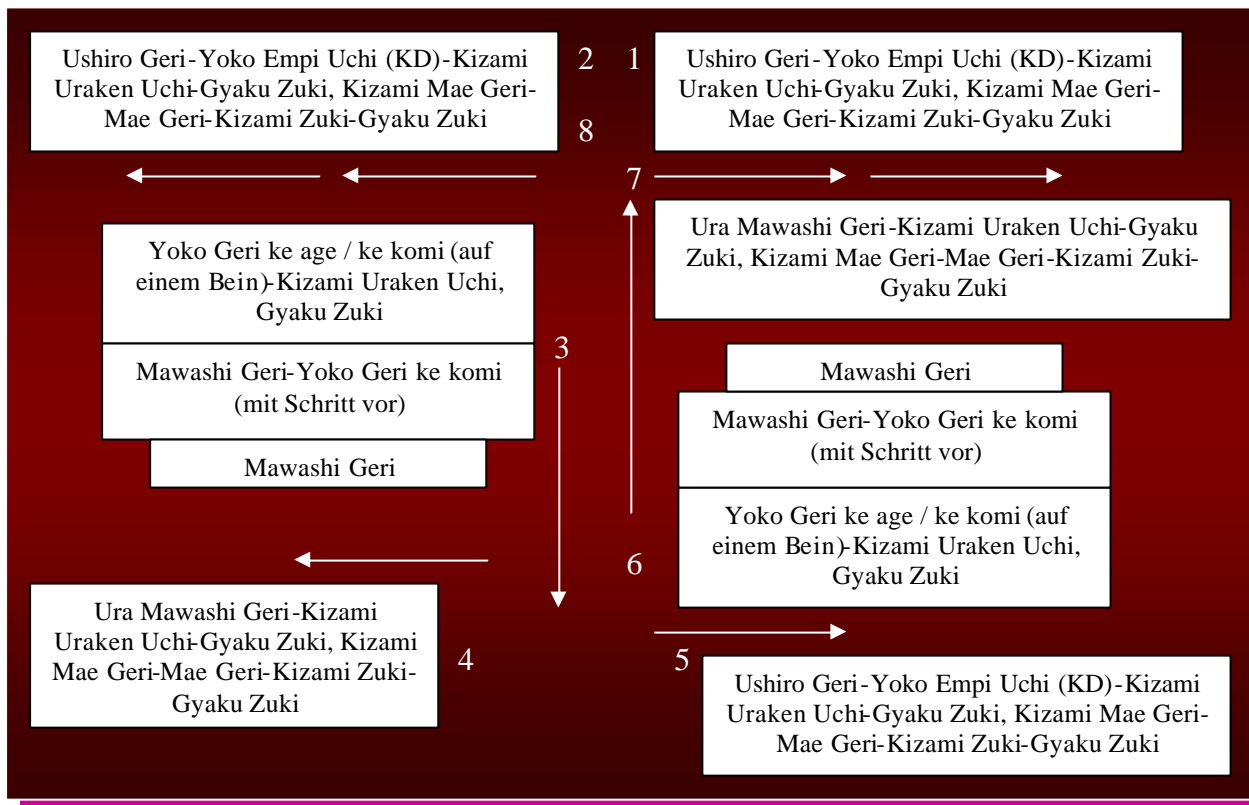


# Kampfkunstschule Martino Fromm

Willem Barents Straße 8, 18106 Rostock

Homepage: MartinoFromm.de, Email: [Kampfkunst@martinofromm.de](mailto:Kampfkunst@martinofromm.de), Tel.: 01736411015

## Geru Kata 3. Kyu



Beide Kata (Uke & Geru) werden hintereinander ausgeführt, dabei geht der Ausführende nicht nach der ersten kata in Shizentei, sondern beginnt direkt nach der letzten Technik mit der Geru Kata.

## Goshin Kumite Tekki



# Kampfkunstschule Martino Fromm

Willem Barents Straße 8, 18106 Rostock

Homepage: MartinoFromm.de, Email: [Kampfkunst@martinofromm.de](mailto:Kampfkunst@martinofromm.de), Tel.: 01736411015

Technik 2



Kumite 2



Technik 3



Kumite 3



Technik 4



Kumite 4



Technik 5



Kumite 5



# Kampfkunstschule Martino Fromm

Willem Barents Straße 8, 18106 Rostock

Homepage: MartinoFromm.de, Email: [Kampfkunst@martinofromm.de](mailto:Kampfkunst@martinofromm.de), Tel.: 01736411015

## Technik 6



## Kumite 6



## Technik 7



## Kumite 7



## Goshin Tekki, Jiyu Form

		1, 2, 3, 4, 5, 6, 7