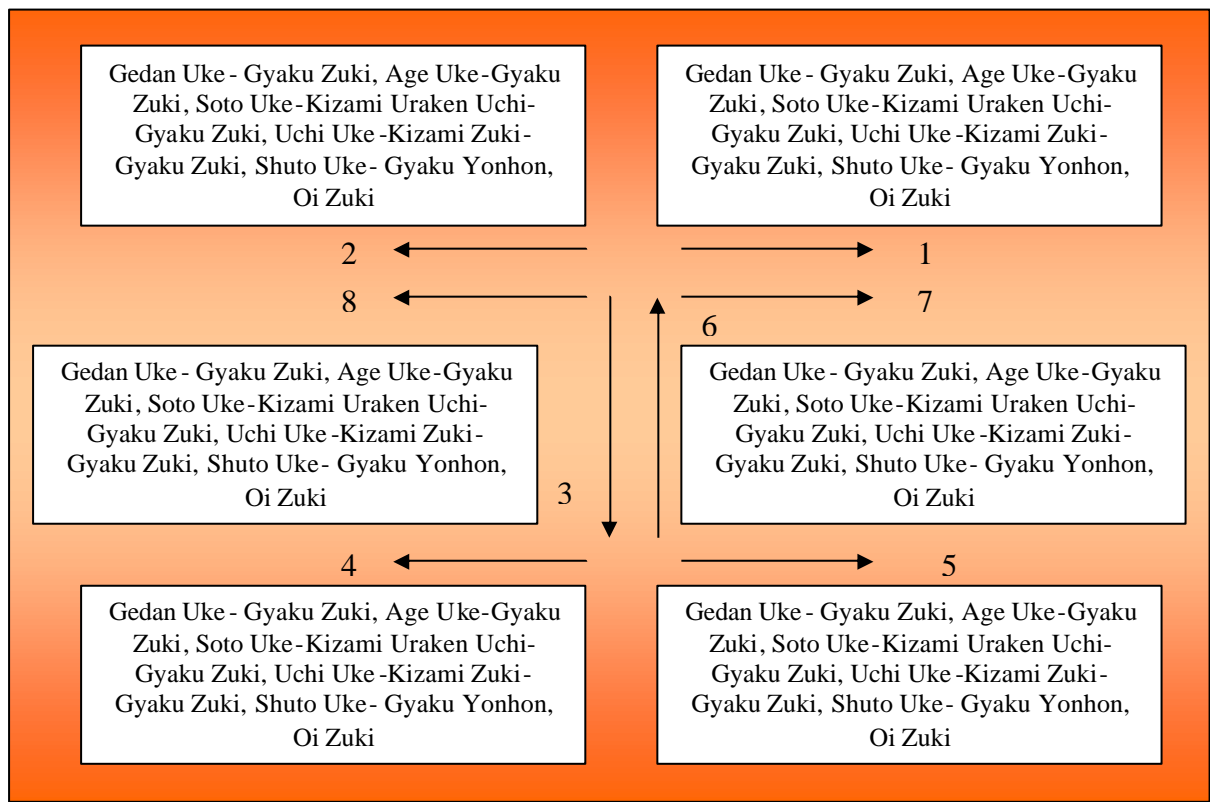


Prüfungsinhalte 7. Kyu

- 1.) Kihon Kata 7.Kyu
- 2.) Shiho Gyaku Zuki
- 3.) Makiwara: Yoko Geri ke age / ke komi & Mawashi Geri
- 4.) Kata – Heian Shodan & Nidan
- 5.) Goshin Kumite Heian Shodan & Nidan

Uke Kata 7.Kyu



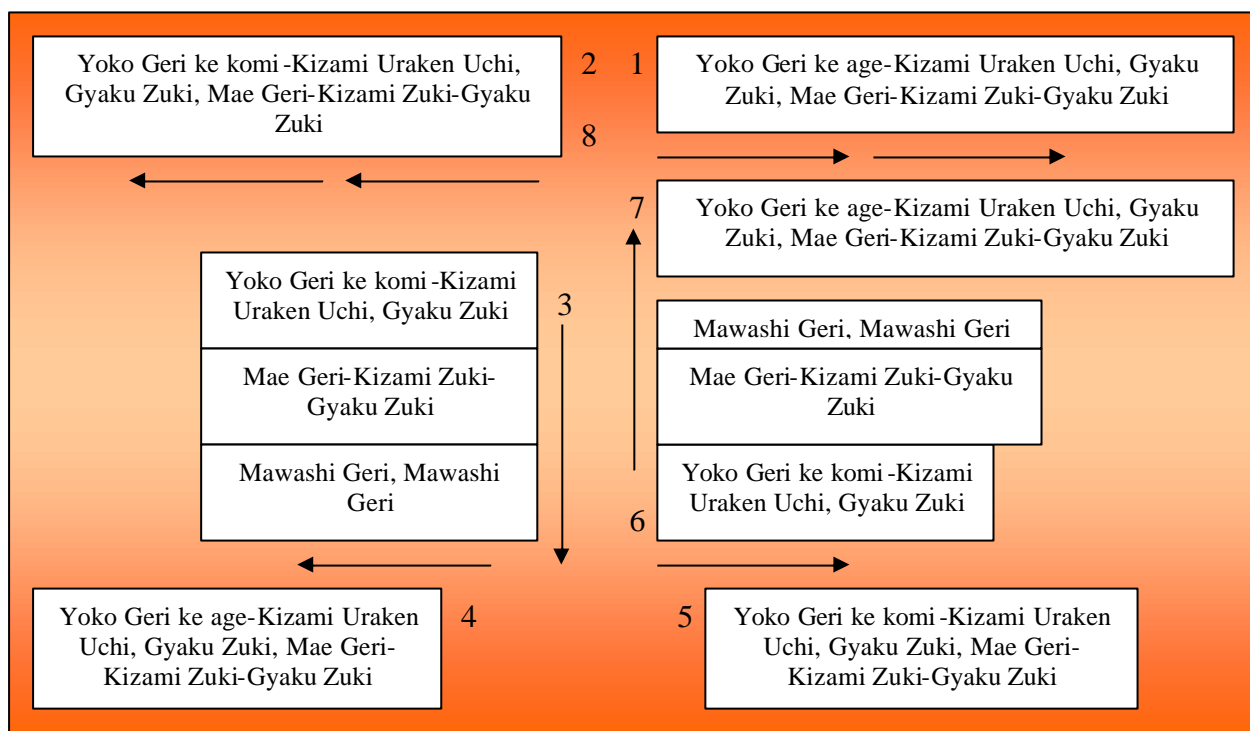
Beide Kata (Uke & Geri) werden hintereinander ausgeführt, dabei geht der Ausführende nicht nach der ersten kata in Shizentei, sondern beginnt direkt nach der letzten Technik mit der Geri Kata.

Kampfkunstschule Martino Fromm

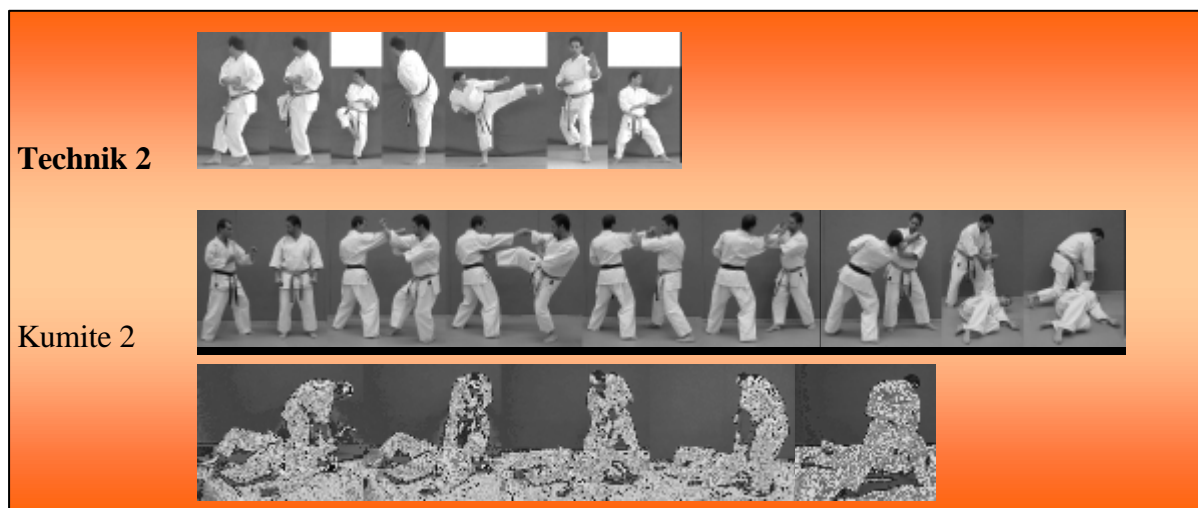
Willem Barents Straße 8, 18106 Rostock

Homepage: MartinoFromm.de, Email: Kampfkunst@martinofromm.de, Tel.: 01736411015

Geru Kata 7 Kyu



Goshin Kumite Heian Nidan



Kampfkunstschule Martino Fromm

Willem Barents Straße 8, 18106 Rostock

Homepage: MartinoFromm.de, Email: Kampfkunst@martinofromm.de, Tel.: 01736411015

Technik 3



Kumite 3



Technik 4



Kumite 4



Technik 5



Kumite 5



Technik 6



Kumite 6



Kampfkunstschule Martino Fromm

Willem Barents Straße 8, 18106 Rostock

Homepage: MartinoFromm.de, Email: Kampfkunst@martinofromm.de, Tel.: 01736411015

Goshin Heian Nidan, Jiyu Form

2, 5		1, 6
	3	
4,		