

# Prüfung zum 7. Dan

Datum der Prüfung zum 6. Dan \_\_\_\_\_

Anzahl der Karatestunden bis zur letzten Prüfung: (6.Dan)

\_\_\_\_\_

Gesamtstunden seit Beginn des Karatetrainings \_\_\_\_\_

Art und Weise der Prüfung stehen dem Prüfling zur Wahl

## ❖ 1. Wahlmöglichkeit

Eine **geschriebene Arbeit** über eines der Themen die hier unter den römischen Buchstaben I – V aufgeführt werden.

## ❖ 2. Wahlmöglichkeit

Eine **geschriebene Arbeit** über eines der Themen die hier unter den römischen Buchstaben I – V aufgeführt werden.

**Plus** 10 Minuten praktische Demonstration zur Illustration der präsentierten theoretischen Arbeit.

## I. Kultur

1. Die Geschichte des Judo
2. Die Geschichte des Jūjitsu.
3. Die Geschichte des Aikidō.
4. Die statische Meditation (Za Zen): Wert und Praktikabilität in den Kampfkünsten
5. Die dynamische Meditation: Wert und Praktikabilität in den Kampfkünsten
6. Die Vitalpunkte; Der Kiai
7. Die Geschichte des Karate weltweit und national.

## II. KIHON

1. Der Unterschied zwischen den verschiedenen Karateschulen (Stilen) wird an 15 Grundtechniken die für die Prüfung zum 9.Kyu abgefragt werden erläutert. (mindestens 4 Unterschiede pro Technik)

## III. KATA

1. Eine Kata, die in den sieben Methoden verschlüsselt, studiert (und praktiziert) wird.  
*Führen Sie hier den Namen der Kata auf: \_\_\_\_\_.*
2. Persönlich erstellte Kata, mit Enbusen und dokumentiertem Bunkai (wenn möglich auf der Kata des 6. Dans basierend oder differierend)  
*Name der persönlichen Kata: \_\_\_\_\_.*

## IV. KUMITE

1. Kata Kumite.
2. Katame no Kata (die 5 Immobilisationen, die 5 Pressungen, die Gelenksperungen).
3. Die 12 Würfe.
4. Grundkenntnisse im Aikidō und Jūjitsu (4 Techniken die den Unterschied zum Karate verdeutlichen).

## V. Kampfrichterwesen

1. Seine Geschichte seit Entstehung bis heute