

# Prüfungen



## Prüfungsordnung für Kinder

**Freitag, 7. Februar 2025**  
**Freitag, 6. Juni 2025**  
**Freitag, 10. Oktober 2025**

Anmeldung bis 1 Woche vorher schriftl. bei den Trainern  
mit Prüfungsantrag & Pass & 5,- €

### 10. Kyu - (Mindestvoraussetzung: 30 Trainingseinheiten)

- Etikette im Dojo (Verneigen beim Betreten und Verlassen des Dojos, gegenüber dem Lehrer und dem Partner, etc...)
- Seiza (Korrektes Sitzen auf der Matte)
- Den Keikogi (Trainingskleidung) selbst anziehen, den Gürtel selbst binden können
- Ushiro-ukemi (rückwärts rollen)
- Nikyo und Kote-gaeshi als Dehnungsübung für das Handgelenk (allein)

### 9. Kyu - (Mind.: 35 Trainingseinheiten nach letzter Prüfung)

- Alles vom 10. Kyu
- Den Gürtel eines Partners binden können
- Tai-sabaki (Irimi-tenkan)
- Mae shikko (vorwärts auf Knien gehen)
- Ukemi (Fallübung) vorwärts und rückwärts
- Den Namen einer Technik auf Japanisch sagen können

### 8. Kyu - (Mind.: 40 Trainingseinheiten nach letzter Prüfung)

- Alles bis 9. Kyu
- Ikkyo-undo
- Ushiro shikko
- Übung ohne Partner: Shiho-nage omote-waza
- Ukemi (auf härterem Boden)
- Die Techniken Ikkyo, Irimi-nage, Kote-gaeshi, Kaiten-nage voneinander unterscheiden und eine davon ausführen können

### 7. Kyu - (Mind.: 45 Trainingseinheiten nach letzter Prüfung)

- Alles bis 8. Kyu
- Ukemi (auf hartem Boden)
- Tai-sabaki (Tenkan und Irimi-tenkan)
- Ai-hanmi
  - Ikkyo omote-waza
  - Irimi-nage

### 6. Kyu - (Mind.: 50 Trainingseinheiten nach letzter Prüfung)

- Alles bis 7. Kyu
- Ukemi (Fallübung) vorwärts und rückwärts
- Tai-sabaki auf Knien
- Ai-hanmi:
  - Ikkyo omote-waza
  - Irimi-nage
  - Kote-gaeshi
  - Soto-kaiten-nage omote-waza

## Weitere Prüfungen

### 5. - 1. Kyu

**Freitag, 7. Februar 2025**  
**Freitag, 6. Juni 2025**  
**Freitag, 10. Oktober 2025**

Anmeldung bis 1 Woche vorher schriftl. bei den Trainern  
mit Prüfungsantrag & Pass & Lehrgangskarte & 5,- €

### Dan-Grade

Auf allen überregionalen Lehrgängen mit  
Asai-sensei

(Anmeldung nur nach rechtzeitiger Rücksprache mit den  
Trainern)

### Patenschaften

Für die verschiedenen Graduierungen ist es sinnvoll, sich einen Fortgeschrittenen als „Paten“ zu suchen.

Diese Paten stehen als erste Ansprechpartner für die Vorbereitung auf die Prüfung zur Verfügung – deshalb ist es sinnvoll, jemanden zu fragen, dem man auch häufiger beim Training begegnet.