Prüfungen

Prüfungsordnung für Kinder

Freitag, 6. Februar 2026
Freitag, 5. Juni 2026
Freitag, 2. Oktober 2026

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, 6. Februar 2026
Freitag, 5. Juni 2026
Freitag, 2. Oktober 2026

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.