

1. KYU braun-schwarz

Schlagtechniken

Kyuto Ken (J/C), Oya Yubi Ken (J/C)

Blocktechniken

Kake Uke (J/C), Haito Uchi Uke (J/C)

Beintechniken

Uchi Heisoku Geri (J), Oroschi Uchi Kakato Geri, Oroschi Soto Kakato Geri, Tobi Yoko Geri

Kata

Tsuki No, Yantsu, Taikyoku Sokugi Yon

Sonstiges

Kampfrichterkurs

Konditionstest

70 Liegestütz, 100 Kniebeugen, 100 Situps

1. DAN Sho Dan

Schlagtechniken

Haito Uchi (J/C/G), Morote Haito Uchi (J/C), Naka Yubi Ippon Ken (J/C)

Blocktechniken

Sune Uke, Morote Kake Uke (J/C), Osai Uke, Morote Haito Uchi Uke

Beintechniken

Kake Geri, Ushiro Mawashi Geri (J/C/G), Gohon Geri

Kata

Saiha, Tensho, Taikyoku Ichi-San Ura & Tate, Sanchin-Tensho

Sonstiges

Wettkampfteilnahme national, Kampfrichterkurs, Fukushin auf nationalen Turnieren, Teilnahme Vorjahr KKD Sommerlager

Konditionstest

80 Liegestütz, 100 Kniebeugen, 150 Situps

2. DAN Ni Dan

Schlagtechniken

Toho Uchi (J), Keiko Uchi

Blocktechniken

Hiji Uke (C/G), Shotei Morote Uke (G), Shuto Morote Uke (G)

Beintechniken

Tobi Ushiro Geri, Tobi Ushiro Mawashi Geri, Tobi Mawashi Geri, Age Kakato Ushiro Geri

Kata

Kanku Dai, Gekkai Sho, Seinchin, Pinan Ichi-Go Ura & Tate

Sonstiges

Wettkampfteilnahme national, Kampfrichterkurs, Fukushin auf nationalen Turnieren, Teilnahme KKD Sommerlager letzten 2 Jahre vor Prüfung

Konditionstest

90 Liegestütz, 100 Kniebeugen, 150 Situps

3. DAN San Dan

Kata

Sushiro, Garyu, Seipai, Entensho

Sonstiges

Sushin auf nationalen Turnieren, Fukushin auf internationalen Turnieren (EM/WM), Wettkampfteilnahme international, Anerkanntes & aktives Mitglied der KKD, Dojoleiter, Teilnahme KKD Sommerlager letzten 3 Jahre vor Prüfung

Konditionstest

100 Liegestütz, 100 Kniebeugen, 150 Situps

4. DAN Yon Dan

Zusätzlich

Fukushin internationale Turniere (EM/WM)

5. DAN Go Dan

Zusätzlich

Sushin internationale Turniere (EM/WM)

Dojo Kun

1. Wir wollen unseren Körper und Verstand trainieren, um einen starken unerschütterlichen Geist zu erwerben.
2. Wir wollen die wahre Bedeutung des Weges erfahren, sodass wir zur rechten Zeit wachsam sind.
3. Mit wahrer Ausdauer wollen wir einen Geist der Selbstlosigkeit entwickeln.
4. Wir wollen die Regeln der Hilfsbereitschaft beachten, unsere Oberen respektieren und uns von Gewalt fern halten.
5. Wir wollen unseren Glauben bewahren und nie die wahre Tugend der Demut vergessen.
6. Wir wollen nach Weisheit und Stärke streben und nicht nach anderem verlangen.
7. Solange wir leben, wollen wir durch Karate die wahre Bedeutung des Weges erkennen.

Allgemeine Voraussetzungen

- Sauberer und gepflegter Karate-Anzug mit Kyokushin Kanji linke Brust sowie Abzeichen KKD e.V. linker Ärmel.
- Alle Techniken müssen mit voller Dynamik und Präzision sowie in Kombinationen freier Wahl gezeigt werden können.
- Es werden die Inhalte der jeweils angestrebten Graduierung als auch aller vorausgehenden Grade erneut überprüft.
- Prüfungsanwärter muss physisch fit sein und darf vor dem Antritt der Prüfung nicht krank oder verletzt sein.

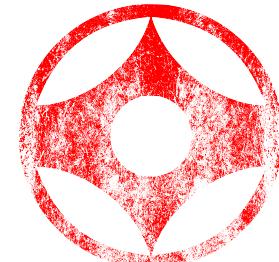
KYOKUSHINKAI DEUTSCHLAND e.V.

Blomkamp 49, 22549 Hamburg
www.kyokushin-deutschland.de



Stand 7/2025

PRÜFUNGSORDNUNG



10. KYU orange

Stände

Seiza, Yoi Dachi, Fudo Dachi, Zenkutsu Dachi

Schlagtechniken

Seiken Oi Tsuki (J/C/G), Seiken Morote Tsuki (J/C/G)

Blocktechniken

Seiken Jodan Uke, Seiken Mae Gedan Barai,
Seiken Juji Gedan Barai

Beintechniken

Hiza Geri, Kin Geri

Kata

Taikyoku Ichi, Kihon Kata Ichi

Sonstiges

Anzug falten, Gürtel binden, japanisch zählen 1-10,
Benehmen im Dojo, Bedeutung des Wortes Kyokushin

Konditionstest

10 Liegestütz, 30 Kniebeugen, 30 Situps

9. KYU orange-blau

Stände

Musubi Dachi, Sanchin Dachi, Kokutsu Dachi

Schlagtechniken

Seiken Gyaku Tsuki (J/C/G), Seiken Ago Uchi

Blocktechniken

Seiken Uchi Uke, Seiken Soto Uke

Beintechniken

Mae Geri Chudan Chusoko

Kata

Taikyoku Ni, Sanbon Kumite

Sonstiges

Nogare Ichi, Nogare Ni

Konditionstest

10 Liegestütz, 30 Kniebeugen, 30 Situps

8. KYU blau

Stände

Kiba Dachi

Schlagtechniken

Shita Tsuki, Jun Tsuki (J/C/G), Tate Tsuki (J/C/G)

Blocktechniken

Morote Uchi Uke, Uchi Uke Gedan Barai

Beintechniken

Mae Geri Jodan Chusoko, Mae Chusoko Keage

Kata

Taikyoku San, Taikyoko Sokugi Ichi, Kihon Kata Ni

Konditionstest

20 Liegestütz, 40 Kniebeugen, 40 Situps

7. KYU blau-gelb

Stände

Neko Ashi Dachi

Schlagtechniken

Tettsui Komikame, Tettsui Orosi Ganmen Uchi,
Tettsui Hizo Uchi, Tettsui Yoko Uchi (J/C/G)

Blocktechniken

Mawashi Gedan Barai, Shuto Mawashi Uke

Beintechniken

Teisoku Soto Keage, Haisoko Uchi Keage, Yoko Keage

Kata

Pinan Ichi, Taikyoko Sokugi Ni

Sonstiges

Ibuki Ichi, Ibuki Ni

Konditionstest

20 Liegestütz, 40 Kniebeugen, 40 Situps

6. KYU gelb

Stände

Tsuru Ashi Dachi

Schlagtechniken

Uraken Shomen Ganmen Uchi,
Uraken Sayu Ganmen Uchi, Uraken Hizo Uchi,
Uraken Mawashi Uchi,
Nihon Nukite, Yonhon Nukite (C/J)

Blocktechniken

Seiken Juji Uke (J/G)

Beintechniken

Kansetsu Geri, Yoko Geri (C), Mawashi Geri (G),

Kata

Pinan Ni, Taikyoku Sokugi San, Juji Kata

Konditionstest

30 Liegestütz, 50 Kniebeugen, 50 Situps

5. KYU gelb-grün

Stände

Moro Ashi Dachi

Schlagtechniken

Shotei Uchi (J/C/G)

Blocktechniken

Shotei Uke (J/C/G)

Beintechniken

Mawashi Geri (C), Ushiro Geri (G/C)

Kata

Pinan San

Konditionstest

30 Liegestütz, 50 Kniebeugen, 50 Situps

4. KYU grün

Stände

Heisoku Dachi, Heiko Dachi, Uchi Hachiji Dachi

Schlagtechniken

Shuto Sakotsu Uchi, Shuto Yoko Ganmen Uchi, Shuto Uchi Komi, Shuto Hizo Uchi, Shuto Jodan Uchi Uchi

Blocktechniken

Shuto Jodan Uke, Shuto Uchi Uke (C/J), Shuto Soto Uke, Shuto Gedan Barai, Shuto Juji Gedan Barai, Mae Shuto Mawashi Uke

Beintechniken

Yoko Geri (J), Mawashi Geri (J), Ushiro Geri (J)

Kata

Sanchin No

Sonstiges

Gehen Mae Kosa, Ushiro Kosa

Konditionstest

40 Liegestütz, 60 Kniebeugen, 60 Situps

3. KYU grün-braun

Stände

Kake Dachi

Schlagtechniken

Hiji Ate (J/C), Mae Hiji Ate (J/C), Orosi Hiji Ate, Ushiro Hiji Ate

Blocktechniken

Shuto Juji Uke (J/G)

Beintechniken

Mae Kakato Geri (J/C/G)

Kata

Pinon Yon

Konditionstest

40 Liegestütz, 60 Kniebeugen, 60 Situps

2. KYU braun

Schlagtechniken

Hiraken Tsuki (J/C), Hiraken Orosi Uchi, Hiraken Mawashi Uchi, Age Tsuki, Heishu (J/C), Koken Uchi (J/C/G)

Blocktechniken

Koken Uke (J/C/G)

Beintechniken

Mae Tobi Geri (alle 3 Varianten), Tobi Nidan Geri

Kata

Pinan Go, Geksa Dai

Sonstiges

Kampfrichter Kurs

Konditionstest

60 Liegestütz, 100 Kniebeugen, 100 Situps