

8. / 7. Kyu

Techniken 8. Kyu	Bilder / Zeichnungen [99 KB]
-------------------------	-------------------------------------

Der Blaugurt (8.-7. Kyu) folgt auf den Weissgurt und ist in Japan unter dem Namen Mizu-Iro-Obi (Farbe des Wassers) bekannt.

Der Karateka, der mit dem blauen Gurt trainiert, entwickelt grundlegende Charakteristiken, die darin bestehen, auf die verschiedenen Körperaktionen biegsam zu reagieren,

so wie sich das Wasser allen Formen anpasst. Der Karateka mit dem blauem Gurt muss körperlich und geistig flexibel sein.

Das Training richtet sich auf die Koordination von Stellung, Gleichgewicht, Schnelligkeit und Form aus.

Er lernt sein Gleichgewicht und seine Techniken unter allen Umständen zu kontrollieren.

Grundstellungen	Kiba-dachi, Shiko-dachi
Handtechniken	Shita-Tsuki Jun-Tsuki, Chudan / Jodan / Gedan Tate-Tsuki, Chudan / Jodan / Gedan
Blockbewegungen	Morote Chudan Uchi-uke Chudan Uchi-uke - Gedan-barai (Morote)
Fusstechniken	Mae-Geri Jodan
Kata	Pin-an Sono Ichi
Kumite	Freier Kampf
Zur Beachtung	Die Schüler müssen Kiba-dachi in Bewegung ausführen können, 45° und 90°.
Techniken 7. Kyu	Bilder / Zeichnungen [131 KB]
Grundstellung	Neko-ashi-dachi
Handtechniken	Tettsui Komi Kami Tettsui Oroshi Ganmen-Uchi Tettsui Hizo-Uchi Tettsui Yoko-Uchi, Jodan / Chudan / Gedan
Blockbewegungen	Shuto Mawashi-uke
Fusstechniken	Mae-keage Yoko-keage Soto-mawashi Uchi-mawashi
Kata	Pin-an-Sono-Ni
Kumite	Freier Kampf
Ibuki Sankai	Atemtechnik