



Stilrichtung JKF Goju Kai

Anerkannte Stilrichtung des Deutschen Karate Verbandes e.V. (DKV)
Offizielle Außenstelle der Japanischen Karate Federation (JKF) Goju-Kai

PRÜFUNGSORDNUNG

Präambel

KIHON (Grundschul-Techniken im Stehen)

- Alle Techniken müssen links- und rechtsvorstehend jeweils 5x vorgeführt werden

KIHON-IDO (Grundschul-Techniken in der Bewegung)

- Alle Grundschultechniken müssen 6x mit direktem Wechsel vorgeführt werden

KIHON - KUMITE (Grundschul-Partnerübungen)

9. Kyu - 8. Kyu

- Jede Partnerübung muss 4x hintereinander vorgeführt werden

3. Kyu – 1. Kyu

- Die Stellungen sind Grundschulstellungen, die Armhaltung ist Kamae
- Der abwehrende Prüfling gibt an, mit welcher Technik sein Partner angreifen muss
- In den drei Angriffstechniken müssen mindestens einmal eine Hand- und eine Fußtechnik enthalten sein

ab 1. Dan

- Bei allen Danprüfungen gibt der Prüfer die Angriffstechnik an

BUNKAI (Kata-Anwendung)

7. Kyu - 4. Kyu

- Ausgangsstellung aus Grundschulstellungen, Arme in Kamae

3. Kyu - Dan

- Ausgangsstellung aus freier Kampfstellung
- Jede Bunkai - Kombination muss bei der Prüfung 1x langsam und 1x stark vorgeführt werden
- Jede Bunkai - Kombination muss gemäß den Richtlinien der Stilrichtung JKF Goju Kai vorgeführt werden (Standard – Bunkai)

KATA

- Die Kata müssen gemäß den Richtlinien der Stilrichtung JKF Goju Kai vorgeführt werden

SONDERREGELUNGEN**a) KINDER bis 14 JAHRE**

- Kinder bis zum 14. Lebensjahr, die ihr Prüfungsprogramm gut beherrschen, können vom Trainer als kleine Zwischenprüfung vor der eigentlichen Prüfung einen Stempelabdruck mit der JKF Goju Kai Faust auf ihren Gürtel erhalten. Diese JKF Goju Kai Faust ist keine Verpflichtung zur Prüfung, sondern nur ein Zeichen der Prüfungsberechtigung, sofern das Kind fleißig weiter trainiert. Die Stempel sind im JKF Goju Kai einheitlich und müssen über die Geschäftsstelle der Stilrichtung bezogen werden

b) PRÜFUNGEN bei ERWACHSENEN, die älter als 35 JAHRE sind

- Jodan Beintechniken sind im Kyu-Programm keine Pflicht. Alternativ werden entsprechend Mae-Geri Chudan, Kin-Geri bzw. Mawashi-Geri Chudan geprüft

**Weitere Details regelt die DKV Verfahrensordnung bzw.
Rahmenprüfungsordnung**

**Diese Prüfungsordnung tritt ab 01. Januar 2016 in Kraft und wurde durch die
Stilrichtungs-Prüfungskommission bestätigt**

Stanko Kumer
JKF Goju Kai Prüferreferent und Cheftrainer

9. Kyu

weißer Gürtel

KIHONStellungTechnik

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Uchihachi-Dachi • Uchihachi-Dachi • Uchihachi-Dachi • Uchihachi-Dachi • Uchihachi-Dachi • Heiko-Dachi | <ul style="list-style-type: none"> Seiken-Tsuki Chudan Age Uke Yoko-Uke Uchi-Uke Harai-Uke Mae-Geri Chudan |
|--|--|

KIHON-IDOalle nachfolgenden Techniken in Han-Zenkutsu-Dachi

- Oi-Tsuki Chudan
- Age-Uke
- Yoko-Uke
- Uchi-Uke
- Harai-Uke
- Mae-Geri Chudan

Die Reihenfolge des Kihon-Ido kann nach Wahl des Prüfers in der Vorwärts- oder Rückwärtsbewegung erfolgen.

KIHON-KUMITEStellungAngriffstechnikAbwehrtechnik

- | | | |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi | <ul style="list-style-type: none"> Oi-Tsuki Jodan Oi-Tsuki Chudan Oi-Tsuki Chudan Oi-Tsuki Gedan Mae-Geri Chudan | <ul style="list-style-type: none"> Age-Uke Yoko-Uke Uchi-Uke Harai-Uke Harai-Uke |
|--|---|---|
- (bei Mae-Geri spiegelbildlich aufstellen)

8. Kyu

gelber Gürtel

KIHON*Stellung**Technik*

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Uchihachi-Dachi • Uchihachi-Dachi • Sanchin-Dachi • Sanchin-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi | <ul style="list-style-type: none"> Seiken-Tsuki Chudan Mawashi-Uke Uchi-Uke Nukite Chudan Mae-Geri Chudan Mae-Geri Jodan |
|--|--|

KIHON-IDO*alle nachfolgenden Techniken in Han-Zenkutsu-Dachi*

- Oi-Tsuki Chudan / Gyaku-Tsuki
- Age-Uke / Gyaku-Tsuki
- Yoko-Uke / Gyaku-Tsuki
- Uchi-Uke / Gyaku-Tsuki
- Harai-Uke / Gyaku-Tsuki
- Mae-Geri Chudan / Gyaku-Tsuki

Die Reihenfolge des Kihon-Ido kann nach Wahl des Prüfers in der Vorwärts- oder Rückwärtsbewegung erfolgen.

KIHON-KUMITE*Stellung**Angriffstechnik**Abwehrtechnik*

- | | | |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi • Han-Zenkutsu-Dachi | <ul style="list-style-type: none"> Oi-Tsuki Jodan Oi-Tsuki Chudan Oi-Tsuki Chudan Oi-Tsuki Gedan Mae-Geri Chudan | <ul style="list-style-type: none"> Age-Uke / Gyaku-Tsuki Yoko-Uke / Gyaku-Tsuki Uchi-Uke / Gyaku-Tsuki Harai-Uke / Gyaku-Tsuki Harai-Uke / Gyaku-Tsuki |
|--|---|---|

KATA

- Sanchin

7. Kyu

oranger Gürtel

KIHON

Stellung

Technik

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| • Uchihachi-Dachi | Seiken-Tsuki Chudan |
| • Shiko-Dachi | Harai-Uke |
| • Sanchin-Dachi | Mae-Uraken-Uchi Jodan |
| • Sanchin-Dachi | Mae-Hijiate Chudan |
| • Han-Zenkutsu-Dachi | Mae-Geri Chudan |
| • Han-Zenkutsu-Dachi | Mawashi-Geri Jodan |

KIHON-IDO

- Vorwärtsgen in Sanchin-Dachi / Oi-Tsuki Chudan / Gyaku-Tsuki Chudan
- Rückwärtsgen in Sanchin-Dachi / Yoko-Uke / Gyaku-Mae-Uraken-Uchi
- In Sanchin Dachi stehend / Gyaku-Tsuki-Chudan / mit dem hinteren Fuß Mae-Geri Chudan, vorne absetzen
- Rückwärtsgen in Sanchin-Dachi / Uchi-Uke / Gyaku Mae-Hijiate Chudan
- Vorwärtsgen in Han-Zenkutsu-Dachi / Mae-Geri Chudan / Wendung
- Vorwärtsgen in Han-Zenkutsu-Dachi / Mawashi-Geri-Jodan / Wendung

BUNKAI

- Zwei Anwendungen aus der Kata Gekisai-Ichi

KATA

- Sanchin, Gekisai-Ichi

JIJU-KUMITE

- 2 Minuten

6. Kyu

grüner Gürtel

KIHON

Stellung

Technik

- | | |
|----------------------|---------------------|
| • Uchihachi-Dachi | Seiken-Tsuki Chudan |
| • Shiko-Dachi | Ura-Tsuki |
| • Shiko-Dachi | Kake-Uke |
| • Sanchin-Dachi | Ura-Shuto-Uchi |
| • Sanchin-Dachi | Osae-Uke |
| • Han-Zenkutsu-Dachi | Mae-Geri Chudan |
| • Han-Zenkutsu-Dachi | Mawashi-Geri Chudan |

KIHON-IDO

- Vorwärtsgehen in Shiko-Dachi 45° / Oi-Tsuki Chudan / Gyaku-Tsuki Chudan / ohne Hüfteindrehung
- Rückwärtsgehen in Shiko-Dachi 45° / Kake-Uke / Gyaku-Ura-Shuto-Uchi / ohne Hüfteindrehung
- Vorwärtsgehen in Shiko-Dachi 45° / Kake-Uke / Gyaku-Ura-Tsuki Chudan / ohne Hüfteindrehung
- Rückwärtsgehen in Shiko-Dachi 45° / Harai-Uke / Gyaku-Tsuki / ohne Hüfteindrehung
- Vorwärtsgehen in Han-Zenkutsu-Dachi und Mae-Geri Chudan / Wendung
- Vorwärtsgehen in Han-Zenkutsu-Dachi und Mawashi-Geri Chudan / Wendung

BUNKAI

- Zwei Anwendungen aus der Kata Gekisai-Ni

KATA

- Sanchin, Gekisai-Ni

IJU-KUMITE

- 2 Minuten

5. Kyu

blauer Gürtel

KIHON

Stellung

Technik

- | | |
|-------------------|---------------------|
| • Uchihachi-Dachi | Seiken-Tsuki Chudan |
| • Shiko-Dachi | Ura-Kake-Uke |
| • Shiko-Dachi | Haito-Uchi |
| • Sanchin-Dachi | Tetsui-Uchi Jodan |
| • Sanchin-Dachi | Shuto-Uchi |
| • Kampfstellung | Mae-Geri Chudan |
| • Neko-Ashi-Dachi | Kin-Geri |

KIHON-IDO

- Vorwärtsgehen in Neko-Ashi-Dachi / Kake-Uke / vorderer Fuß Kin-Geri
- Rückwärtsgehen in Neko-Ashi-Dachi / Ura-Kake-Uke / Gyaku Shuto-Uchi
- Vorwärtsgehen in Neko-Ashi-Dachi / Mawashi-Uke / Shotei
- Rückwärtsgehen in Neko-Ashi-Dachi / Osae-Uke / Gyaku-Haito-Uchi
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Mae-Geri Chudan / Wendung
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Mae-Geri Jodan

BUNKAI

- Zwei Anwendungen aus der Kata Saifa

KATA

- Sanchin, Saifa

JIJU-KUMITE

- 2 Minuten

4. Kyu

blauer Gürtel

KIHON

Stellung

Technik

- | | |
|-------------------|-------------------------|
| • Uchihachi-Dachi | Seiken-Tsuki Chudan |
| • Shiko-Dachi | Koken-Uke |
| • Shiko-Dachi | Nakadaka-Ipponken-Tsuki |
| • Sanchin-Dachi | Furi-Uchi |
| • Sanchin-Dachi | Ippon-Ken |
| • Kampfstellung | Mae-Geri Chudan |
| • Neko-Ashi-Dashi | Hiza-Geri |

KIHON-IDO

- Vorwärtsgehen in Han-Zenkutsu-Dachi / Ippon-Ken Tsuki / Gyaku Haito-Uchi Jodan
- Rückwärtsgehen in Shiko-Dachi 45° / Teisho-Uke Chudan / eindrehen in Han-Zenkutsu-Dachi / Gyaku Furi-Uchi
- Vorwärtsgehen in Sanchin-Dachi / Kake-Uke / Gyaku Ura-Shuto-Uchi / am Hals nach unten ziehen / Hiza-Geri Chudan mit dem hinteren Bein
- Rückwärtsgehen in Neko-Ashi Dachi / Koken-Uke / Gyaku Teisho-Uke Jodan / Tate-Nukite Chudan
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Mae-Geri Chudan / Wendung
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Kin-Geri

BUNKAI

- Jeweils eine Anwendung aus den Katas Gekisai-Ichi, Gekisai-Ni und Saifa nach Wahl des Prüfers

KATA

- Sanchin, Tensho

JJU-KUMITE

- 2 Minuten

3. Kyu brauner Gürtel

KIHON*Stellung**Technik*

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Uchihachi-Dachi • Shiko-Dachi • Shiko-Dachi • Neko-Ashi-Dachi • Sanchin-Dachi • Sanchin-Dachi • Kampfstellung
 • Kampfstellung | <ul style="list-style-type: none"> Seiken-Tsuki Chudan Otoshi-Hijiate Boshiken Sukui-Uke Joge-Uke Tate-Tsuki Chudan Mae-Geri Chudan (vorderer Fuß) Mae-Geri Jodan (hinterer Fuß) Sokuto-Geri Chudan |
|--|--|

KIHON-IDO

- Vorwärtsgehen in Sanchin-Dachi / Kake-Uke / vorderer Fuß Kin-Geri / Gyaku Ura-Tsuki Jodan
- Rückwärtsgehen in Shiko-Dachi 45° / Gyaku-Kake-Uke / Otoshi-Hijiate / eindrehen in Han-Zenkutsu-Dachi / Gyaku Tate-Tsuki
- Vorwärtsgehen in Neko-Ashi-Dachi mit Sukui-Uke / Gyaku-Otoshi-Hijiate / Wendung
- Vorwärtsgehen in Sanchin-Dachi / Joge-Uke weiter in Shiko-Dachi 90° / Age-Tsuki / Uraken-Uchi und Tetsui-Uchi mir der vorderen Hand / Wendung
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Mae-Geri Chudan / Wendung
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Sokuto-Geri Chudan

KIHON-KUMITE

- Je ein Angriff aus den Grundstellungen Han-Zenkutsu-Dachi, Sanchin-Dachi und Heiko-Dachi
- Es müssen drei verschiedene Abwehr und mindestens zwei Kontertechniken pro Angriff gezeigt werden
- In den Abwehr-Kombinationen muss jeweils mindestens einmal die Stellung Han-Zenkutsu-Dachi, Sanchin-Dachi, Shiko-Dachi und Neko-Ashi-Dachi enthalten sein

SHIAI-WAZA

- zwei unterschiedliche Kombinationen nach Wahl des Prüflings

BUNKAI

- Zwei Anwendungen aus der Kata Seiyunchin

KATA

- Sanchin, Seiyunchin, Tensho

JIJU-KUMITE

- 2 Minuten

2. Kyu

brauner Gürtel

KIHON

Stellung

Technik

- | | |
|-------------------|--------------------------------------|
| • Uchihachi-Dachi | Seiken-Tsuki Chudan |
| • Uchihachi-Dachi | Hijiate (alle 5 Richtungen) |
| • Shiko-Dachi | Ippon-Nukite |
| • Sanchin-Dachi | Shuto-Uchi |
| • Neko-Ashi-Dachi | Kuri-Uke |
| • Neko-Ashi-Dachi | Kansetsu-Geri (mit dem vorderen Fuß) |
| • Kampfstellung | Mae-Geri-Chudan |
| • Kampfstellung | Fumi-Komi |

KIHO-IDO

- Vorwärtsgehen in Sanchin-Dachi / Kake-Uke / Gyaku Ippon-Nukite
- Rückwärtsgehen in Neko-Ashi-Dachi / Mawashi-Uke / Fumi-Komi mit dem hinteren Fuß
- Vorwärtsgehen in Han-Zenkutsu-Dachi / Mae-Geri Chudan / Mai-Hijiate Chudan / Wendung
- Vorwärtsgehen in Shiko-Dachi / Kake-Uke / Gyaku Tate-Tsuki mit Hüfteindrehen / ausdrehen und Shotei Jodan / Wendung
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Mae-Geri Chudan
- Rückwärtsgehen in Neko-Ashi-Dachi / vorderer Fuß Kansetsu-Geri

KIHON-KUMITE

- Je ein Angriff aus den Grundstellungen Han-Zenkutsu-Dachi, Sanchin-Dachi und Heiko-Dachi
- Es müssen drei verschiedene Abwehr und mindestens zwei Kontertechniken pro Angriff gezeigt werden
- In den Abwehr-Kombinationen muss jeweils mindestens einmal die Stellung Han-Zenkutsu-Dachi, Sanchin-Dachi, Shiko-Dachi und Neko-Ashi-Dachi enthalten sein

SHIAI-WAZA

- zwei unterschiedliche Kombinationen nach Wahl des Prüflings

BUNKAI

- Zwei Anwendungen aus der Kata Sanseiru

KATA

- Sanchin, Sanseiru, Saifa, Tensho

JIJU-KUMITE

- 2 Minuten

1. Kyu

brauner Gürtel

KIHON

Stellung

Technik

- | | |
|-------------------|---|
| • Uchihachi-Dachi | Seiken-Tsuki Chudan |
| • Shiko-Dachi | Yoko-Tsuki |
| • Sanchin-Dachi | Kaikoken |
| • Sanchin-Dachi | Haishu-Uke |
| • Neko-Ashi-Dachi | Teisho-Uke Chudan |
| • Neko-Ashi-Dachi | Ushiro-Geri |
| • Kampfstellung | Mae-Geri Chudan |
| • Kampfstellung | Nidan-Geri (mit dem hinteren Fuß beginnend) |
| • Kampfstellung | Yoko-Geri Chudan |

KIHON-IDO

- Vorwärtsgehen in Sanchin-Dachi / Haishu-Uke / Gyaku Nihon-Nukite
- Rückwärtsgehen in Neko-Ashi-Dachi / Kake-Uke / hinterer Fuß Mae-Geri Jodan
- Vorwärtsgehen in Sanchin-Dachi / Haishu-Uke / greifen + zurückziehen, Gyaku Ura-Tsuki Jodan / Hiza-Geri Gedan
- Rückwärtsgehen in Shiko-Dachi 80° / Age-Uke (offene Hand) / vorderes Bein Ashi-Barei / absetzen in Sanchin-Dachi und Awase-Tsuki
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Ushiro-Geri / Wendung
- Vorwärtsgehen in Kampfstellung / Mae-Geri Chudan

KIHON-KUMITE

- Je ein Angriff aus den Grundstellungen Han-Zenkutsu-Dachi, Sanchin-Dachi und Heiko-Dachi
- Es müssen drei verschiedene Abwehr und mindestens zwei Kontertechniken pro Angriff gezeigt werden
- In den Abwehr-Kombinationen muss jeweils mindestens einmal die Stellung Han-Zenkutsu-Dachi, Sanchin-Dachi, Shiko-Dachi und Neko-Ashi-Dachi enthalten sein

SHIAI-WAZA

- zwei unterschiedliche Kombinationen nach Wahl des Prüflings

BUNKAI

- Zwei Anwendungen aus der Kata Shisochin

KATA

- Sanchin, Shisochin, Tensho

JIJU-KUMITE

- 2 Minuten

1. Dan / Shodan

KIHON-KUMITE

- 4 Angriffe werden vom Prüfer angesagt
- In den 4 Abwehr- oder Kontertechniken müssen mindestens einmal die vier Hauptstellungen vorkommen
- Es müssen mindestens 2 Kontertechniken pro Angriff gezeigt werden

BUNKAI

- 4 Anwendungskombinationen nach Wahl des Prüfers

KATA

- Sanchin, Tenscho
- Gekisai-Dai-Ichi oder –Ni
- Saifa, Seipai

JIJU-KUMITE

- 2x 2 Minuten

2. Dan / Nidan

KIHON-KUMITE

- 4 Angriffe werden vom Prüfer angesagt
- In den 4 Abwehr- oder Kontertechniken müssen mindestens einmal die vier Hauptstellungen vorkommen
- Es müssen mindestens 2 Kontertechniken pro Angriff gezeigt werden

BUNKAI

- 4 Anwendungskombinationen nach Wahl des Prüfers

KATA

- Sanchin, Tensho
- Seiyunchin, Seisan

JIJU-KUMITE

- 2x 2 Minuten

3. Dan / Sandan

KIHON-KUMITE

- 4 Angriffe werden vom Prüfer angesagt
- In den 4 Abwehr- oder Kontertechniken müssen mindestens einmal die vier Hauptstellungen vorkommen
- Es müssen mindestens 2 Kontertechniken pro Angriff gezeigt werden

BUNKAI

- 4 Anwendungskombinationen nach Wahl des Prüfers

KATA

- Sanchin, Tensho
- Sanseiru, Kururunfa

JIJU-KUMITE

- 2x 2 Minuten

4. Dan / Yondan

KIHON-KUMITE

- 4 Angriffe werden vom Prüfer angesagt
- In den 4 Abwehr- oder Kontertechniken müssen mindestens einmal die vier Hauptstellungen vorkommen
- Es müssen mindestens 2 Kontertechniken pro Angriff gezeigt werden

BUNKAI

- 4 Anwendungskombinationen nach Wahl des Prüfers

KATA

- Sanchin, Tensho
- Shisochin, Suparimpai

JJU-KUMITE

- 2 Minuten

5. Dan / Godan

KIHON-KUMITE

- 4 Angriffe werden vom Prüfer angesagt

BUNKAI

- 4 Anwendungskombinationen nach Wahl des Prüfers

KATA

- Sanchin, Tensho
- Seipai
- eine vom Prüfer angesagte Kata

JIJU-KUMITE

- 2 Minuten

6. Dan / Rokudan

KIHON-KUMITE

- 4 Angriffe werden vom Prüfer angesagt

BUNKAI

- 4 Anwendungskombinationen nach Wahl des Prüfers

KATA

- Sanchin, Tensho
- Seisan
- eine vom Prüfer angesagte Kata

JIJU-KUMITE

- Nur wenn der Prüfling es wünscht

7. Dan / Nanadan

KATA

- Sanchin, Tensho
- Kururunfa
- eine vom Prüfer angesagte Kata

8. Dan / Hachidan

KATA

- Sanchin, Tensho
- Suparimpai
- eine vom Prüfer angesagte Kata

9. Dan

Wird durch die JKF Goju Kai Stilrichtungskommission verliehen und unterliegt der Bundesversammlung.

10. Dan

Wird durch den JKF Goju Kai Stilrichtungskommission verliehen und unterliegt der Bundesversammlung.

