

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 9. Kyu (weiss)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
<p>Tachi Kata Heisoku Dach Musubi Dach Heiko Dach Soto Hachi ji Dach Uchi Hachi ji Dach Shiko Dach 45°/90° Zenkutsu Dach Sanchin Dach</p> <p>Uke Kata Jodan Uke Chudan Uke Haraiotoshi Uke</p> <p>Tsuki Kata Jodan Seiken Tsuki Chudan Seiken Tsuki</p> <p>Keri Kata Kin Geri Mae Geri</p>					

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 8. Kyu (gelb)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
Uke Kata Yoko Uke Shitabarai	Kihon Ido 1	Taikyoku Jodan Taikyoku Chudan			
Tsuki Kata Rentsuki					
Keri Kata Mawashi Geri Kansetsu Geri					

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 7. Kyu (orange)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
<p>Tachi Kata Neko Ashi Dachi Sagi Ashi Dachi Motto Dachi</p> <p>Uke Kata Kake Uke Soto Ude Uke</p> <p>Tsuki Kata Kizami Tsuki aus Sanchin no kamae</p> <p>Kamae Kata Sanchin no kamae</p> <p>Ate Kata Hiji Ate (Mae, Ushiro, Mawashi, Otoshi)</p>	Kihon Ido 1	<p>Taikyoku Jodan Taikyoku Chudan Taikyoku Gedan Taikyoku Kake Uke</p>	Yakusoku Kumite 1		

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 6. Kyu (grün)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
<p>Tachi Kata Kosa Dachi Kokutsu Dachi</p> <p>Uke Kata Mawashi Uke</p> <p>Tsuki Kata Tate Tsuki Shita Tsuki Age Tsuki Morote Tsuki</p> <p>Kamae Kata Uke no Kamae Kake no Kamae Tsuki no kamae Kumite no kamae</p> <p>Uchi Kata Shuto Uchi Ura Uchi (Shomen, Yoko, Ushiro) Ura Shuto Uchi</p> <p>Keri Kata Sokuto Geri Ashi barai</p>	<p>Kihon Ido 1</p>	<p>Taikyoku Jodan Taikyoku Chudan Taikyoku Gedan Taikyoku Kake Uke Gekisai 1 Gekisai 2</p>	<p>Ippon Kumite Tenshin Awaze Kumite</p>		

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 5. Kyu (blau 1)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
<p>Tachi Kata Tsuru Ashi Dachi Renoji Dachi</p> <p>Uke Kata Shuto Uke Haito Uke</p> <p>Ate Kata Teisho Ate</p> <p>Uchi Kata Tetsui Uchi (von oben und seitlich) Haito Uchi</p> <p>Tsuki Kata Nukite Tsuki</p> <p>Yakusoku Kumite 1 (Keri)</p>	Kihon Ido 2	Gekisai 2 Taikyoku Mawashi Uke Saifa	Ippon Kumite Tenshin Awaze Kumite		

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 4. Kyu (blau 2)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
<p>Dachi Ido Yori Ashi Sugi Ashi Ayumi Ashi Oi Ashi Hiki Oi Ashi Hiki Ayumi Ashi Hiraki Yose Ashi Hiraki Kosa Ashi</p> <p>Uke Kata Hari Uke Yama Uke</p> <p>Yakusoku Kumite 2 (Keri)</p>	<p>Kihon Ido 2</p>	<p>Taikyoku Mawashi Uke Saifa Seienchin</p> <p>Sanchin Juho</p>	<p>Yakusoku Kumite 2</p> <p>Awaze Kumite</p>	<p>Gekisai 1</p>	

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 3. Kyu (braun 1)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
<p>Uchi Kata Furi Uchi</p> <p>Uke Kata Ura Uke Nagashi Uke</p>	<p>Kihon Ido 2 aus Neko Ashi Dachi rückwärts</p>	<p>Saifa Seienchin Seipai</p> <p>Sanchin Juho</p>	<p>Nanahon Kumite</p> <p>Awaze Kumite</p>	<p>Gekisai 1</p>	
		<p>eine bereits gelernte Kata kann verlangt werden</p>			

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 2. Kyu (braun 2)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
<p>Uke Kata Soe Uke Juji Uke Morote Kake Uke Cho Uke Sukui Uke Teisho Uke Osae Uke</p> <p>Ate Kata Hiza Ate</p> <p>Tsuki Kata Kagi Tsuki</p> <p>Kamae Kata Inu no kamae</p> <p>Keri Kata Ushiro Geri Kakato Geri Kekomi</p>	<p>Kihon Ido 2 aus Neko Ashi Dachii rückwärts</p>	<p>Seienchin Seipai Sanseiru</p> <p>Sanchin Juho</p> <p>eine bereits gelernte Kata kann verlangt werden</p>	<p>Nanahon Kumite</p> <p>Awaze Kumite</p> <p>Jiu Kumite</p>	<p>Saifa</p>	

Swiss Goju Kai Prüfungsanforderungen 1. Kyu (braun 3)

Kihon	Kihon Ido	Kata	Kumite	Bunkai	Theorie
<p>Hand Seiken Shuto Haito Haisho Nukite (Ippon, Nihon) Ippon Ken Nakadaka Ippon Ken Kaiko Ken Teisho Kakuto (Ate, Uke) Shikyo Koko</p> <p>Fuss Haisoku Josokute/Koshi Shito Sokuto Kakato</p>	Kihon Ido 2 aus Neko Ashi Dachii rückwärts	<p>Seipai Sanseiru</p> <p>Sanchin Juho</p> <p>Tensho Juho</p> <p>eine bereits gelernte Kata kann verlangt werden</p>	<p>Yakusoku Kumite 3</p> <p>Awaze Kumite</p> <p>Jiu Kumite</p>	Saifa	Namen und Techniken von 9. - 1. Kyu erklären und zeigen können

