

7. Kyu: gelber Gürtel

12 Monate Wartefrist zwischen dem 8. Kyu und 7.Kyu

Vorname Name: _____





Prüfungsgebühr inkl. Gürtel: CHF 30.- () Ja
ohne Gürtel : CHF 20.- () ja

Prüfungsdatum: _____

Prüfer/in: _____

*Punkteverteilung pro „Aufgaben Block“
zwischen 6 und 1
(Sehr gut =6 Punkte; nicht erfüllt 1 Punkt)*

Minimal ein Kampfeinsätze an Wettkämpfen
nach der letzten Prüfung () erfüllt.
Prüfungszulassung () Ja/Nein

Punkte _____	Falltechnik Rückwärts Seitwärts Vorwärts	Tandoku Wakijime Ebi und Gyku Ebi Tsukiage		
Grundform der Wurftechniken Punkte _____	ko uchi gari oder ko uchi maki komi 	O-uchi-gari (beidseitig) 	Seoi-nage (eine Variante) 	Uki-goshi 
Diverses Punkte _____	1. Hon Kesa Gatame 2. Kata gatame 3. Tate Shio gatame 4. Yoko Shio Gatame 5. Kami Shio Gatame			

Anwendungs- aufgabe Stand/Randori Punkte _____	<ul style="list-style-type: none"> - Partner zieht : Ich werfe O uchi gari - Partner stosst: Ich werfe eine Variant von Seoi-nage - Ich zeige zu drei Haltegriffe eine Befreiung - Schnelles Abwerfen von einem der vier neuen Würfe (10x)
Anwendungs- aufgabe Boden Punkte _____	<ul style="list-style-type: none"> - Wenn sich der Partner in der Bankposition verteidigt, drehe ich ihn zu einem Haltegriff. - Wenn mein Partner versucht sich aus einem Haltegriff zu befreien, nutze ich das aus und wechsele zu einem anderen Haltegriff

TOTAL Punktezahl der Prüfung _____
Prüfung gilt als bestanden bei einer min. Punktzahl von 20

Prüfungsergebnis : _____
(bestanden/nicht bestanden)