



# Kumite

## Shitei-Kumite

## Tokui-Kumite

	Goshin-Do	Shiai-Do	Goshin-Do	Shiai-Do
<b>1</b> DAN	<p>3 diverse Jodan Tokui-Waza 3 diverse Chudan Tokui-Waza</p> <p>Ausgangsstellung: nach Wahl der FKS-Prüfungskommission Gegenangriffe beinhalten: Tsuki-Waza, Uchi-Waza, Keri-Waza</p>	<p>3 diverse Jodan Tokui-Waza 3 diverse Chudan Tokui-Waza</p> <p>Ausgangsstellung: nach Wahl der FKS-Prüfungskommission Gegenangriffe beinhalten: Tsuki-Waza, Uchi-Waza, Keri-Waza</p>	<p>Schlagkraft: 1 Tsuki-Waza, 1 Keri-Waza, 1 Uchi-Waza Selbstverteidigung: 5 diverse Befreiungstechniken mit Abschl. Theorie Goshin-Do</p>	<p>3 Kampfkombinationen: frei nach Wahl Freikampf</p> <p>Theorie Shiai-Do</p>
<b>2</b> DAN	<p>3 diverse Jodan Tokui-Waza 3 diverse Chudan Tokui-Waza</p> <p>Ausgangsstellung: nach Wahl der FKS-Prüfungskommission Gegenangriffe beinhalten: Tsuki-Waza, Hente-Waza, Uchi-Waza, Keri-Waza</p>	<p>3 diverse Jodan Tokui-Waza 3 diverse Chudan Tokui-Waza</p> <p>Ausgangsstellung: nach Wahl der FKS-Prüfungskommission Gegenangriffe beinhalten: Tsuki-Waza, Hente-Waza, Uchi-Waza, Keri-Waza</p>	<p>Schlagkraft: 1 Tsuki-Waza, 1 Keri-Waza, 1 Uchi-Waza Selbstverteidigung: 5 diverse Befreiungstechniken mit Abschl. Theorie Goshin-Do</p>	<p>3 Kampfkombinationen: frei nach Wahl Freikampf</p> <p>Theorie Shiai-Do</p>
<b>3</b> DAN	<p>3 diverse Jodan Tokui-Waza 3 diverse Chudan Tokui-Waza</p> <p>Ausgangsstellung: nach Wahl der FKS-Prüfungskommission Gegenangriffe beinhalten: Tsuki-Waza, Hente-Waza, Uchi-Waza, Keri-Waza, Nage-Waza</p> <p>oder eigene Kreationen aus den Angriffstechniken von Goshin-Do und Shiai-Do</p>		<p>Schlagkraft: 1 Tsuki-Waza, 1 Keri-Waza, 1 Uchi-Waza Selbstverteidigung: 5 diverse Befreiungstechniken mit Abschl. Theorie Goshin-Do</p>	<p>3 Kampfkombinationen: frei nach Wahl Freikampf</p> <p>Theorie Shiai-Do</p>