

# 2. Kyu

## Kihon

aus Chudan Kamae

- 1 ZD vw step Kizami Zuki - Sanbon Zuki
- 2 ZD rw Oi Zuki - rw Suri Ashi KoD Soto Uke -  
umsetzen ZD Gyaku Tsuki
- 3 KoD rw Moroto Uke - umsetzen ZD Mawashi Enpi
- 4 KoD vw Shuto Uke - umsetzen ZD Gyaku Haito Uchi
- 5 ZD vw Mae Ashi Geri - Mawashi Geri
- 6 ZD vw Ushiro Geri

Standübung

- 7 HD Mae Geri - ohne Absetzen Yoko Geri 3x pro Seite

## Kata

### Bassai Dai

Vorkenntnisse: Heian Shodan bis Tekki Shodan

Bunkai: zwei Anwendungen aus der  
Heian Godan nach Wahl des Prüfers

## Kumite

Jiyu Ippon Kumite wie zum 3. Kyu

Jiyu Kumite