



Prüfungsprogramm

Die Bewertungskriterien bei Fudokan-Prüfungen:

Konzentration¹

Stellung

Koordination der Arm- und Beintechnik

Form – Allgemeineindruck

Stellung und Wechsel von einer Technik in eine andere

Hüfteinsatz, Rumpfrotation²

Stabilität des Gleichgewichtes

Kraftverteilung, Kontraktions- und Dekontraktionskontrolle der Muskeln

Geschwindigkeit

Schlagkontrolle

Kiai³

Zanshin⁴

¹ Die geistige Fähigkeit des Kandidaten, seine Konzentration und Überzeugtsein vom eigenen Prüfungserfolg, welche er durch gute Vorbereitung erworben hat. Seine Entschlossenheit, seine maximale Fähigkeit zu zeigen und seine Blickrichtung bei der Demonstration.

² Die rechtzeitige Hüftrotation verbessert die Wirksamkeit der Technik. Neben der Hüftrotation wird die Wirksamkeit der Technik auch durch die Dynamik des gesamten Körpers und durch die Muskelkontraktion und –demonstration verbessert.

³ Der spontane Schrei, der einerseits als Resultat der starken Kontraktion der für einen maximalen Effekt angespannten Muskeln und andererseits als Resultat der geistigen Konzentration bei der Durchführung einer bestimmten Technik entsteht.

⁴ Traditionell bedeutet „Zanshin“ die Beibehaltung der psychophysischen Konzentration auch nach der Durchführung einer bestimmten Technik, Kombination oder Kata. In diesem Sinne ist „Zanshin“ auch die Bereitschaft für jede folgende Bewegung oder Situation.



Prüfungsprogramm

Das Bewertungssystem bei Fudokan Prüfungen

I. ALLGEMEINE ASPEKTE BEI DER KIHON-BEWERTUNG

1. Mentale Einstellung

- a.) Stabilität der Emotionen, Selbstkontrolle der psychischen Anspannung
- b.) Starkes und in der Intensität konstantes Kiai

2. Stellung

- a.) Guter und ständiger Kontakt mit dem Fußboden
- b.) Korrekte Form
- c.) Starke Muskelkontraktion/-spannung bei Armtechniken
- d.) Richtige Winkelstellung des Sprung- und Kniegelenkes bei Beintechniken
- e.) Richtige Koordination von Hüfte und Beinen

3. Körperhaltung

- a.) Aufrechte Körperhaltung in allen Situationen
- b.) Gerade Kopf- und Halshaltung
- c.) Natürliche Schulterhaltung
- d.) Koordinierte Körperhaltung in Stellungen und während der Bewegungsdurchführung

4. Blick

Blickrichtung in Verbindung mit der Bewegungsrichtung und der Durchführung der nachfolgenden Techniken

5. Stärke

- a.) Ausnutzung des Bodenkontaktes für die kräftige Realisierung von Techniken im Stand oder in der Bewegung
- b.) Koordinierte Körperdynamik als Ganzes
- c.) Effiziente Kraftübertragung

6. Bewegung

- a.) Koordination der Bewegung als Ganzes (Koordination der Arm-, Bein- und Rumpfbewegung)
- b.) Konstante Bewegungsweite
- c.) Koordination von Kraft und Technik

7. Kime (Fokus)

- a.) Ausnutzung der gesamten Körperenergie
- b.) Kontakt mit der Zielzone

8. Atmung

Koordination mit der angewandten Technik



Prüfungsprogramm

II. ASPEKTE IN DER BEWERTUNG DER ARMTECHNIKEN

1. Muskelkontrolle

- a.) Stellung: Körper-, Arm- und Handhaltung; simultanes und koordiniertes Einschließen der Muskelgruppen, welche für die zur Durchführung einer konkreten Technik notwendigen Konzentration erforderlich sind
- b.) Maximaler Bodenkontakt im Augenblick der Durchführung der Technik

2. Schnappstoß

- a.) Zeitliche Koordination der Armbewegung (Ober- und Unterarm) mit der Bewegung des gesamten Körpers
- b.) Kontrolle des Bodenkontaktes während des Rückstoßes

3. Abwehrtechniken

- a.) Ellenbogengelenkhaltung im Verhältnis zum übrigen Körper
- b.) Übertragung der gesamten Muskelspannung während der Ausführung der Abwehr von der Kontaktstellung (Hand, Unterarm) über den Körper auf den Boden und umgekehrt

III. ASPEKTE IN DER BEWERTUNG DER BEINTECHNIKEN

1. Schnapptritt (Keage)

- a.) Zeitliche Koordination der Körperhaltung mit der Stellung des Beines vor Durchführung der Technik (Vorbereitung der Technik)
- b.) Ausnutzung des Rückstoßes bei der Durchführung der Technik
- c.) Gleichgewicht, insbesondere während des Rückstoßes

2. Stoßtritt (Kekomi)

- a.) Bogenförmige Schwankbewegung der Hüfte, in erster Linie während der Endphase des Unterschenkelstoßes
- b.) Erlangung des Körperschwerpunktes in Richtung der Zielzone mit der zugehörigen Endkontraktion
- c.) Entsprechende Muskelkontraktion während der Endphase der Technik



Prüfungsprogramm

IV. ASPEKTE IN DER KATA-BEWERTUNG

Anfänger (9.– 3. Kyu) und Mittelstufe (2. Kyu – 2. DAN)

- 1. Technik**
Wird nach den Kihon-Kriterien bewertet.
- 2. Kontinuität in der Ausführung der Techniken**
 - a.) Ausnutzung der Bewegungsenergie der vorhergehenden Technik für den Beginn der folgenden
 - b.) Muskeldekontraktion zwischen den Techniken
 - c.) Korrekte Atmung
- 3. Bewegung**
 - a.) Beibehaltung der zentralen Lage des Körperschwerpunktes
 - b.) Kontrolle der Schwerpunkthöhe bei Stellungswechseln
 - c.) Kontrolle der Blickrichtung
 - d.) Kontrolle der Lage der Körperachse im Verhältnis zum Boden
- 4. Adäquate Durchführung der Techniken**
 - a.) In Abhängigkeit von Sinn und Funktion der Kata als Ganzes
 - b.) Kontrolle der Zielzone während der Durchführung.
- 5. Bewegungslinien (Embusen)**
Korrekte Bewegungsrichtung bei jeder durchgeführten Technik.

Meistertitel über dem 2. DAN

- a.) Durchführung der Kata muss einerseits mit den individuellen Eigenschaften des Kandidaten übereinstimmen und andererseits müssen die technischen Elemente jeder einzelnen Kata richtig ausgeführt werden.
- b.) Verständnis und Anwendung/Demonstration der inneren Muskeldynamik und ihre meisterhafte Kontrolle.

Bei Prüfungskandidaten aus anderen Stilrichtungen als Shotokan und Fudokan können deren Kata mit gleichem oder ähnlichem Niveau gezeigt werden. Die Bunkai-Kata muss aus dem Fudokan Ryu stammen.



Prüfungsprogramm

V. ASPEKTE IN DER KUMITE-BEWERTUNG

Die Kumite-Bewertung erfolgt nach den Kihon- und Kata-Kriterien.

Das empfohlene Bewertungssystem bei Prüfungen für Fudokantitel	
Außergewöhnlich	10 Punkte
Hervorragend	9 Punkte
Sehr gut	8 Punkte
Gut	7 Punkte
Befriedigend	6 Punkte
Ausreichend	5 Punkte

Für den Prüfungserfolg ist eine Gesamtpunktzahl von mindestens 23 Punkten notwendig.



Prüfungsprogramm

Prüfungsprogramm Kyu und Dan Prüfungen

9. Kyu (Ku-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Chudan-Oi-Tsuki
2. Zk v: Gedan-Barai
3. Zk v: Age-Uke
4. Zk v: Soto-Uke
5. Zk v: Chudan-Mae-Geri (aus Chudan-Kamae)

Kata

Taikyoku Shodan

8. Kyu (Hachi-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Chudan-Oi-Tsuki
2. Zk v: Gedan-Barai
3. Zk v: Age-Uke
4. Zk v: Uchi-Uke
5. Zk v: Soto-Uke
6. Kk v: Shuto-Uke
7. Kb s: Yoko-Geri-Keage (aus Chudan-Kamae – jeweils mit Übersetzungsschritt)

Kata

Heian Shodan
Taikyoku Nidan

Kumite

Gohon-Kumite

- 5x Jodan-Oi-Tsuki (Abwehr Age-Uke)
- 5x Chudan-Oi-Tsuki (Abwehr Soto-Uke)

Nach der fünften Abwehr jeweils einmal Konter mit Gyaku-Tsuki



Prüfungsprogramm

7. Kyu (Shichi-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Chudan-Oi-Tsuki
2. Zk r: Gedan-Barai/Gyaku-Tsuki
3. Zk v: Age-Uke/Gyaku-Tsuki
4. Zk r: Uchi-Uke/Gyaku-Tsuki
5. Zk v: Soto-Uke/Gyaku-Tsuki
6. Kk r: Shuto-Uke
7. Zk v: Mae-Geri (Jodan; aus Chudan-Kamae)
8. Kb s: Yoko-Geri-Keage (aus Chudan-Kamae – jeweils mit Übersetzungsschritt)
9. Kb s: Yoko-Geri-Kekomi (Chudan; aus Chudan-Kamae)

Kata

Heian Nidan
Taikyoku Sandan

Kumite

Sanbon-Kumite

- 3x Jodan-Oi-Tsuki (Abwehr Age-Uke)
- 3x Chudan-Oi-Tsuki (Abwehr Soto-Uke)
- 3x Chudan-Mae-Geri (Abwehr Gedan-Barai)

Nach dem dritten Angriff jeweils einmal Konter mit Gyaku-Tsuki



Prüfungsprogramm

6. Kyu (Roku-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Gyaku-Tsuki (Chudan)
2. Zk v: Sanbon-Tsuki
3. Zk v: Uraken-Uchi
4. Zk r: Uchi-Uke/Kizami-Tsuki
5. Kk v: Shuto-Uke/Gyaku-Nukite (Zk)
6. Zk v: Mae-Geri (Chudan-Kamae)
7. Zk v: Ren-Geri⁵ (aus Chudan-Kamae)
8. Kb s: Yoko-Geri-Keage (aus Chudan-Kamae)
9. Kb s: Yoko-Geri-Kekomi (aus Chudan-Kamae)
10. Zk v: Mawashi-Geri (aus Chudan-Kamae)

Kata

Heian Sandan

Kumite

Kihon-Ippon-Kumite

(Angriffe von Tori jeweils 1x rechts und 1x links)

- 2x Jodan-Oi-Tsuki (Abwehr Age-Uke)
- 2x Chudan-Oi-Tsuki (Abwehr Soto-Uke)
- 2x Chudan-Mae-Geri (Abwehr Gedan-Barai)

Die Konter sind von Uke jeweils frei wählbar.

⁵ Ren-Geri: Erster Mae-Geri-Chudan – zurückziehen, zweiter Mae-Geri-Jodan – vorwärts absetzen



Prüfungsprogramm

5. Kyu (Go-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Sanbon-Tsuki
2. Zk v: Uraken-Uchi/Gyaku-Tsuki
3. Zk r: Age-Uke/Gedan-Barai/Gyaku-Tsuki
4. Zk v: Uchi-Uke/Kizami-Tsuki/Gyaku-Tsuki
5. Zk r: Soto-Uke/Yoko-Empi (Kb)
6. Kk v: Shuto-Uke/Kizami-Mae-Geri/Gyaku-Nukite (Zk)
7. Zk v: Mae-Geri-Ren-Geri⁶ (2) (aus Chudan-Kamae)
8. Kb s: Yoko-Geri-Keage (aus Chudan-Kamae)
9. Kb s: Yoko-Geri-Kekomi (aus Chudan-Kamae)
10. Zk v: Mawashi-Geri (aus Chudan-Kamae)

Kata

Heian Yondan

Kumite

Kihon-Ippon-Kumite

(Angriffe von Tori jeweils 1x rechts und 1x links)

- 2x Jodan-Oi-Tsuki
- 2x Chudan-Oi-Tsuki
- 2x Chudan-Mae-Geri
- 2x Yoko-Geri-Kekomi

Abwehr und Konter von Uke jeweils frei

⁶ Mae-Geri-Ren-Geri: Kizami-Geri (Chudan), Mae-Geri-Keage (Jodan), vorwärts absetzen



Prüfungsprogramm

4. Kyu (Shi-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Sanbon-Tsuki
2. Zk r: Gedan-Barai/Gyaku-Uchi-Uke/Kizami-Tsuki
3. Zk v: Soto-Uke/Yoko-Empi (Kb)/Uraken-Uchi
4. Kk r: Shuto-Uke/Kizami-Yoko-Geri-Kekomi/Gyaku-Tsuki (Zk)
5. Zk v: Mae-Geri/Oi-Tsuki
6. Zk v: Mawashi-Geri/Gyaku-Tsuki
7. Kb s: Yoko-Geri-Keage (aus Chudan-Kamae – jeweils mit Übersetzungsschritt))
8. Kb s: Yoko-Geri-Kekomi (aus Chudan-Kamae)
9. Standübung: Zenkutsu-Dachi (Kamae) Mae-Geri vorwärts, Yoko-Geri-Keage seitwärts⁷
10. Standübung: Zenkutsu-Dachi (Kamae) Mae-Geri vorwärts, Mawashi-Geri vorwärts⁸

Kata

Heian Godan

Kumite

Kihon-Ippon-Kumite

(Uke in Gyaku-Form)

Tori: Jodan-Oi-Tsuki
Chudan-Oi-Tsuki
Chudan-Mae-Geri

Uke: Gyaku-Age-Uke
Gyaku-Soto-Uke
Gyaku-Gedan-Barai

⁷ Beide Techniken werden mit dem gleichen Fuß ausgeführt ohne das Bein abzusetzen

⁸ Beide Techniken werden mit dem gleichen Fuß ausgeführt ohne das Bein abzusetzen



Prüfungsprogramm

3. Kyu (San-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Gyaku-Sanbon-Uke
2. Kk r: Uchi-Uke/Gyaku-Tsuki/Age-Uke
3. Zk v: Soto-Uke/Yoko-Empi (Kb)/Uraken-Uchi (Zk)/Gyaku-Tsuki
4. Kk r: Shuto-Uke/Kizami-Mae-Geri/Gyaku-Shuto-Uchi (Zk)
5. Zk v: Mae-Geri/Age-Uke/Gyaku-Tsuki/Gedan-Barai
6. Kb s: Yoko-Geri-Keage (aus Chudan-Kamae)/vorgehen mit anderem Bein
Yoko-Geri-Kekomi (Kb)
7. Zk v: Mawashi-Geri-Ren-Geri⁹ (aus Chudan-Kamae)
8. Zk v: Ushiro-Geri (aus Chudan-Kamae)
9. Zielübung: Zenkutsu-Dachi (Kamae) mit Gyaku-Tsuki
10. Jiyu-Kamae: Eine Kampfkombination gemäß PK

Kata

Tekki-Shodan
Taiji Shodan

Kumite

Jiyu-Ippon-Kumite

(Angriffe von Tori jeweils 1x rechts und 1x links)

2x Jodan-Oi-Tsuki
2x Chudan-Mae-Geri
2x Yoko-Geri-Kekomi

Abwehr und Konter von Uke jeweils frei

⁹ Mawashi-Geri-Ren-Geri: Kizami-Mawashi-Geri (Chudan), Mawashi-Geri (Jodan), vorwärts absetzen



Prüfungsprogramm

2. Kyu (Ni-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Mae-Geri/Sanbon-Uke
2. Zk v: Jodan-Oi-Tsuki/Gyaku-Mae-Empi/Tate-Empi/Yoko-Empi (Kb)
3. Kk r: Shuto-Uke/Kizami-Mawashi-Geri/Gyaku-Haito-Uchi (Zk)
4. Zk v: Soto-Uke/Uraken-Uchi (Kb)/Shuto-Uchi (Zk)/Gyaku-Tsuki
5. Zk v: Mawashi-Geri (Chudan-Kamae)/vorgehen Yoko-Geri-Kekomi (Zk)
/Uraken-Uchi/vorgehen Oi-Tsuki
6. Zk v: Ushiro-Geri (Chudan-Kamae)/Gyaku-Tsuki
7. Kb s: Yoko-Geri-Keage (Chudan-Kamae)/Yoko-Geri-Kekomi (gleicher
Fuß, ohne dazwischen abzusetzen)
8. Standübung: Zenkutsu-Dachi (Chudan-Kamae), Mae-Geri vorwärts,
Ushiro-Geri rückwärts¹⁰
9. Zielübung: Zenkutsu-Dachi (Kamae), Kizami-Tsuki
10. Jiyu-Kamae: Zwei verschiedene Kampfkombination gemäß PK

Kata

Shitei Kata

Heian 1-5 und Tekki-Shodan nach Wahl der PK

Tokui Kata

Taiji Nidan
Bassai Dai

Kumite

1. Jiyu-Ippon-Kumite

(Angriffe von Tori jeweils 1x rechts und 1x links)

- 2x Jodan-Oi-Tsuki
- 2x Chudan-Oi-Tsuki
- 2x Chudan-Mae-Geri
- 2x Yoko-Geri-Kekomi
- 2x Jodan-Mawashi-Geri

Abwehr und Konter von Uke jeweils frei

2. Jiyu-Kumite

¹⁰ Beide Techniken werden mit dem gleichen Fuß ausgeführt ohne dazwischen das Bein abzusetzen



Prüfungsprogramm

1. Kyu (Ichi-Kyu)

Kihon

1. Zk v: Mae-Geri/Gyaku-Sanbon-Tsuki
2. Zk r: Kizami-Mae-Geri (Chudan; aus Chudan-Kamae)/absetzen Sanbon-Tsuki
3. Kk v: Shuto-Uke/vorgehen Mae-Geri (Zk)/Gyaku-Tsuki
4. Kk r: Shuto-Uke/Gyaku-Nukite (Zk)/umsetzen Shuto-Uke (Kk)
5. Kb s: Yoko-Geri-Keage (aus Chudan-Kamae)/Yoko-Geri-Kekomi (gleiches Bein ohne dazwischen abzusetzen/vorgehen Mawashi-Geri (Kb)
6. Zk v: Mae-Geri/Mawashi-Geri (gleiches Bein)/vorgehen Ushiro-Geri (Zk)/Uraken-Uchi
7. Shiho-Tsuki: Zenkutsu-Dachi, Tate-Shuto-Uke/Gyaku-Tsuki
8. Standübung: Zenkutsu-Dachi (Kamae), Mae-Geri vorwärts, Yoko-Geri-Keage seitwärts, Mawashi-Geri vorwärts (?)
9. Zielübung: Fudo-Dachi (Kamae), im Zenkutsu-Dachi Gyaku-Tsuki
10. Jiyu-Kamae: Drei verschiedene Kampfkombination gemäß PK

Kata

Shitei Kata

Heian Oi-Kumi
Taiji Nidan

Tokui Kata

Bassai Dai
Jion

Kumite

1. Jiyu-Ippon-Kumite

(Angriffe von Tori jeweils 1x rechts und 1x links)

- 2x Jodan-Oi-Tsuki
- 2x Chudan-Oi-Tsuki
- 2x Chudan-Mae-Geri
- 2x Yoko-Geri-Kekomi
- 2x Jodan-Mawashi-Geri

Abwehr und Konter von Uke jeweils frei

2. Jiyu-Kumite



Prüfungsprogramm

1. DAN (SHO-DAN)

Grundtechnik – Basis

- Dachi: Zenkutsu, Kokutsu, Kiba, Fudo, Kosa, Renoji, Neko-Ashi, Sanchin
Uke-Waza: Gedan-Barai, Age, Uchi, Soto, Shuto, Morote, Kakiwake, Juji, Haishu, Teisho, Sokumen, Awasate-Te-Uke-Haito, Osae-Uke, Nagashi-Te-Uke, Tsukami-Mawashi-Uke
Te-Waza: Oi, Gyaku, Kizami, Nukite, Tetsui, Ura, Empi, Shuto, Haito, Kagi, Morote, Uraken, Teisho
Keri-Waza: Mae, Yoko-Keage, Yoko-Kekomi, Mika-Tsuki, Fumikomi Hiza, Mawashi, Ushiro, Nami-Geashi, Ashi-Barai, Kizami, Ura-Mawashi

Kihon

1. Kombination aus drei verschiedenen Grundschultechniken in drei verschiedenen Fußpositionen gemäß PK
2. Kombination verschiedener Kampftechniken (Jiyu-Kamae) gemäß PK
 1. Zk v: Oi-Tsuki/Gyaku-Tsuki/Age-Empi-Uchi
 2. Zk r: Age-Uke/Gyaku-Tsuki/Mae-Empi-Uchi
 3. Zk v: Uchi-Uke/Kizami-Tsuki/Gyaku-Tsuki
 4. Zk r: Soto-Uke/Gyaku-Tsuki/Uraken-Uchi
 5. Zk v: Soto-Uke/Yoko-Empi-Uchi/Uraken-Uchi
 6. Kk r: Shuto-Uke/Mae-Ashi-Geri/Nukite/Shuto-Uchi (innen)
 7. Zk v: Mae-Geri
 8. Zk v: Mawashi-Geri-Ren-Geri
 9. Kb s: Yoko-Geri-Keage
 10. Kb s: Yoko-Geri-Kekomi
 11. Zk v: Mawashi-Geri
 12. Zk v: Mawashi-Geri/Yoko-Geri-Kekomi
 13. Shiho-Tsuki: Zk v: Shiho-Tate-Shuto-Uke/Gyaku-Tsuki
 14. Shiho-Geri: Zk v: Shiho-Tate-Shuto-Uke/Mae-Geri

Kata

1. Einführungs-Test-Kata
2. Shitei Kata
Heian Oi-Kumi
3. Tokui Kata
Frei aus der Reihe: Bassai Dai, Jion, Kanku Dai, Enpi, Taiji Shodan, Taiji Nidan, Hangetsu



Prüfungsprogramm

Kumite

1. Jiyu-Ippon-Kumite

(Angriffe von Tori jeweils 1x rechts und 1x links)

2x Jodan-Oi-Tsuki

2x Chudan-Oi-Tsuki

2x Chudan-Mae-Geri

2x Yoko-Geri-Kekomi

2x Jodan-Mawashi-Geri

2x Ushiro-Geri

Abwehr und Konter von Uke jeweils frei

2. Jiyu-Kumite

Test

Kontrolle der Genauigkeit der Schläge und Stöße:

Oi-Tsuki oder Mae-Geri (bewegliches Ziel – 10 Versuche; mit zwei möglichen Kontakten wird der Test als nicht bestanden gewertet)

Bruchtest mit Gyaku-Tsuki an einem Brett mit den Maßen 400x300x20 mm



Prüfungsprogramm

2. DAN (NI-DAN)

Grundtechnik – Basis

- Dachi: Zenkutsu, Kokutsu, Kiba, Fudo, Kosa, Renoji, Neko-Ashi, Sanchin, Hangetsu
- Uke-Waza: Gedan-Barai, Age, Uchi, Soto, Shuto, Morote, Kakiwake, Juji, Haishu, Teisho, Sokumen, Awasate-Te-Uke-Haito, Osae-Uke, Nagashi-Te-Uke, Tsukami-Mawashi-Uke, Osae, Otoshi, Zukami, Sukui
- Te-Waza: Oi, Gyaku, Kizami, Nukite, Tetsui, Ura, Empi, Shuto, Haito, Kagi, Morote, Uraken, Teisho, Age-Zuki
- Keri-Waza: Mae, Yoko-Keage, Yoko-Kekomi, Mika-Tsuki, Fumikomi Hiza, Mawashi, Ushiro, Nami-Geashi, Ashi-Barai, Kizami, Ura-Mawashi

Kihon

1. Kombination aus vier verschiedenen Grundschultechniken in vier verschiedenen Fußpositionen gemäß PK
2. Kombination verschiedener Kampftechniken (Jiyu-Kamae) gemäß PK
 1. Zk v: Kizami-Tsuki, Sanbon-Tsuki, Uraken-Uchi, Gyaku-Tsuki, Age-Empi-Uchi
 2. Zk v: Kizami-Tsuki, Mae-Geri, Oi-Tsuki, Yoko-Geri
 3. Zk v: Age-Uke, Mawashi-Geri, Uraken-Uchi, Yoko-Geri, Gyaku-Tsuki
 4. Kb v: Yoko-Geri-Keage (aus Übersetzschrift), Yoko-Geri-Kekomi
 5. Zk v: Mae-Geri, Yoko-Geri, Ushiro-Geri, Mawashi-Geri
 6. Shiho-Tsuki: Zk v: Shiho-Tate-Shuto-Uke/Gyaku-Tsuki

Kata

Die Einführungs-Test-Kata: Taiji Nidan

Die Kombinationen: a.) Bassai Dai, Kanku Dai, Enpi
b.) Jion, Enpi, Hungetsu

1. Shitei Kata: Bassai Dai, Jion, Kanku Dai, Enpi, Taiji Shodan, Taiji Nidan nach Wahl der PK
2. Tokui Kata: Meikyo Shodan, Meikyo Nidan, Bassai Sho, Kanku Sho (freie Kata)

Bei Prüfungskandidaten aus anderen Stilrichtungen als Shotokan und Fudokan können deren Kata mit gleichem oder ähnlichem Niveau gezeigt werden. Die Einführungs-Test-Kata muss aus dem Fudokan Ryu stammen.



Prüfungsprogramm

Kumite

1. Jiyu-Ippon-Kumite: Kizami-Tsuki-Jodan, Gyaku-Tsuki-Chudan, Mae-Geri, Kizami-Mawashi-Geri-Jodan, Ushiro-Geri
2. Elemente der Selbstverteidigung
3. Jiyu-Kumite: Mit gleichrangigen Kandidaten gleichzeitig mit zwei Gegnern



Prüfungsprogramm

3. DAN (SAN-DAN)

Grundtechnik – Basis

- Dachi: Zenkutsu, Kokutsu, Kiba, Fudo, Kosa, Renoji, Neko-Ashi, Sanchin, Hangetsu, Sagi-Ashi, Tsuru-Ashi, Hansoku, Musubi
- Uke-Waza: Gedan-Barai, Age, Uchi, Soto, Shuto, Morote, Kakiwake, Juji, Haishu, Teisho, Sokumen, Awasate-Te-Uke-Haito, Osae-Uke, Nagashi-Te-Uke, Tsukami-Mawashi-Uke, Osae, Otoshi, Zukami, Sukui, Nagashi, Tekubi-Kake, Teisho-Awase, Ashi-Uke, Bo, Gyaku, Tsukami, Mawashi
- Te-Waza: Oi, Gyaku, Kizami, Nukite, Tetsui, Ura, Empi, Shuto, Haito, Kagi, Morote, Uraken, Teisho, Age-Zuki, Mawashi
- Keri-Waza: Mae, Yoko-Keage, Yoko-Kekomi, Mika-Tsuki, Fumikomi Hiza, Mawashi, Ushiro, Nami-Geashi, Ashi-Barai, Kizami, Ura-Mawashi, Ushiro-Mawashi

Kihon

1. Kombination aus fünf verschiedenen Grundschultechniken in fünf verschiedenen Fußpositionen gemäß PK
2. Kombination verschiedener Kampftechniken (Jiyu-Kamae) gemäß PK
 1. Shiho-Tsuki: Shiho-Tate-Shuto-Uke/Gyaku-Tsuki
 2. Shiho-Geri: Shiho-Tate-Shuto-Uke/Mae-Geri
 3. Shiho-Geri: Mae-Geri/Yoko-Geri-Kekomi/Ushiro-Geri/Mawashi-Geri/Ura-Mawashi-Geri
 4. Kombination: Kizami-Tsuki, Kizami-Geri, Gyaku-Tsuki, Mawashi-Geri, Gyaku-Tsuki, Mae-Geri, Mawashi-Geri, Yoko-Geri, Age-Uke, Soto-Uke, Gedan-Barai, Uchi-Uke, Kizami-Tsuki, Gyaku-Tsuki, Ushiro-Geri, Mawashi-Geri, Yoko-Geri, Uraken-Uchi, Gyaku-Tsuki

Kata

- | | |
|---------------------------------------|--|
| 1. Shitei Kata:
(nach Wahl der PK) | Bassai Dai, Jion, Kanku Dai, Enpi, Taiji Shodan, Taiji Nidan, Hangetsu |
| Die Kombinationen: | a.) Kanku Dai, Enpi, Hangetsu
b.) Kanku Dai, Enpi, Jion
c.) Jion, Enpi, Kanku Dai, Sochin |
| 2. Tokui Kata:
(freie Kata) | Tekki Nidan, Tekki Sandan, Taiji Nidan, Bassai Sho, Kanku Sho, Chinte, Jitte, Sochin, Gangaku, Nijushiho, Meikyo Shodan, Meikyo Nidan, Kaminaru, Washi No Maai |

Bei Prüfungskandidaten aus anderen Stilrichtungen als Shotokan und Fudokan können deren Kata mit gleichem oder ähnlichen Niveau gezeigt werden.



Prüfungsprogramm

Kumite

1. Jiyu-Ippon-Kumite: Kizami-Tsuki-Jodan, Gyaku-Tsuki-Chudan, Mae-Geri, Kizami-Mawashi-Geri-Jodan, Ushiro-Geri

2. Elemente der Selbstverteidigung

3. Jiyu-Kumite:
 - Mit gleichrangigen Kandidaten
 - Gleichzeitig mit zwei Gegnern
 - Mit gebundenen Händen gleichzeitig gegen zwei Gegner



Prüfungsprogramm

4. DAN (YON-DAN)

Grundtechnik – Basis

- Dachi: Zenkutsu, Kokutsu, Kiba, Fudo, Kosa, Renoji, Neko-Ashi, Sanchin, Hangetsu, Sagi-Ashi, Tsuru-Ashi, Hansoku, Musubi, Hiza, Ippon, Sochin, Tsuru-Ashi
- Uke-Waza: Gedan, Jodan, Chudan, Age, Uchi, Soto, Shuto, Morote, Kakiwake, Juji, Haishu, Teisho, Sokumen, Awasate-Te-Uke-Haito, Osae-Uke, Nagashi-Uke, Tsukami-Mawashi-Uke, Osae, Otoshi, Zukami, Sukui, Nagashi, Tekubi-Kake, Teisho-Awase, Ashi-Uke, Bo, Gyaku, Tsukami, Mawashi, Hiza, Empi, Kake, Tekubi, Keito
- Te-Waza: Oi, Gyaku, Kizami, Nukite, Tetsui, Ura, Empi, Shuto, Haito, Kagi, Morote, Uraken, Teisho, Age-Zuki, Mawashi, Awaze, Tate, Hasami, Uchi, Seiyuto
- Keri-Waza: Mae, Yoko-Keage, Yoko-Kekomi, Mika-Tsuki, Fumikomi Hiza, Mawashi, Ushiro, Nami-Geashi, Ashi-Barai, Kizami, Ura-Mawashi, Ushiro-Mawashi

Kihon

1. Kombination von mindestens dreißig verschiedenen Techniken. Zusammenstellung einer Kombination in Kata-Form, welche einerseits demonstriert und andererseits schriftlich abgefasst und erläutert werden muss.
2. Tokui-Waza: Demonstration und Erläuterung einer persönlich bevorzugten Technik

Kata

1. Bunkai Kata: Heian Oi Kumi, Taiji Shodan, Kaminaru
2. Shitei Kata:
(nach Wahl der PK) Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan, Tekki Sandan, Bassai Sho, Kanku Sho, Chinte, Sochin, Gangaku, Nijushiho, Meikyo Sandan, Kaminaru, Washi No Maai
3. Tokui Kata: Freie Kata

Bei Prüfungskandidaten aus anderen Stilrichtungen als Shotokan und Fudokan können deren Kata mit gleichem oder ähnlichem Niveau gezeigt werden. Die Bunkai-Kata muss aus dem Fudokan Ryu stammen.



Prüfungsprogramm

Kumite

1. Gohon-Kumite
2. Kihon-Ippon-Kumite
3. Jiyu-Ippon-Kumite
4. Jiyu-Kumite
5. Anwendung einer persönlich bevorzugten Technik (Tokui-Waza)

Theorie

1. Mündliche Prüfung: Kihon
Kata
Kumite
2. Schriftliche Prüfung: Vorher abgefasste Prüfungsarbeit, welche dreißig Tage vor dem Prüfungstermin an die PK zu übergeben ist. Diese Arbeit sollte folgende Themen beinhalten:
 - Karate-Do allgemein
 - Erläuterung und Illustration der kreierten Kombination
 - Erläuterung der persönlich bevorzugten Technik



Prüfungsprogramm

5. DAN (GO-DAN)

Grundtechnik – Basis

- Dachi: Zenkutsu, Kokutsu, Kiba, Fudo, Kosa, Renoji, Neko-Ashi, Sanchin, Hangetsu, Sagi-Ashi, Tsuru-Ashi, Hansoku, Musubi, Hiza, Ippon, Sochin, Tsuru-Ashi
- Uke-Waza: Gedan, Jodan, Chudan, Age, Uchi, Soto, Shuto, Morote, Kakiwake, Juji, Haishu, Teisho, Sokumen, Awasate-Te-Uke-Haito, Osae-Uke, Nagashi-Uke, Tsukami-Mawashi-Uke, Osae, Otoshi, Zukami, Sukui, Nagashi, Tekubi-Kake, Teisho-Awase, Ashi-Uke, Bo, Gyaku, Tsukami, Mawashi, Hiza, Empi, Kake, Tekubi, Keito
- Te-Waza: Oi, Gyaku, Kizami, Nukite, Tetsui, Ura, Empi, Shuto, Haito, Kagi, Morote, Uraken, Teisho, Age-Zuki, Mawashi, Awaze, Tate, Hasami, Uchi, Seiyuto
- Keri-Waza: Mae, Yoko-Keage, Yoko-Kekomi, Mika-Tsuki, Fumikomi Hiza, Mawashi, Ushiro, Nami-Geashi, Ashi-Barai, Kizami, Ura-Mawashi, Ushiro-Mawashi

Kihon

1. Kombination von mindestens dreißig verschiedenen Techniken. Zusammenstellung einer Kombination in Kata-Form, welche einerseits demonstriert und andererseits schriftlich abgefasst und erläutert werden muss.
2. Tokui-Waza: Demonstration und Erläuterung einer persönlich bevorzugten Technik

Kata

1. Bunkai Kata: Tekki Oi Kumi, Kittei Nidan Higashiyama Sensei
2. Shitei Kata:
(nach Wahl der PK) Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan, Tekki Sandan, Bassai Sho, Kanku Sho, Chinte, Sochin, Gangaku, Nijushiho, Meikyo Sandan, Kaminaru, Washi No Maai, Yon Re, Setsu, Taiji Nidan
3. Tokui Kata: Freie Kata

Bei Prüfungskandidaten aus anderen Stilrichtungen als Shotokan und Fudokan können deren Kata mit gleichem oder ähnlichem Niveau gezeigt werden. Die Bunkai-Kata muss aus dem Fudokan Ryu stammen.



Prüfungsprogramm

Kumite

1. Gohon-Kumite
2. Kihon-Ippon-Kumite
3. Jiyu-Ippon-Kumite
4. Jiyu-Kumite
5. Anwendung einer persönlich bevorzugten Technik (Tokui-Waza)

Theorie

1. Mündliche Prüfung: Kihon
Kata
Kumite
2. Schriftliche Prüfung: Vorher abgefasste Prüfungsarbeit, welche dreißig Tage vor dem Prüfungstermin an die PK zu übergeben ist. Diese Arbeit sollte folgende Themen beinhalten:
 - Karate-Do allgemein
 - Erläuterung und Illustration der kreierten Kombination
 - Erläuterung der persönlich bevorzugten Technik



Prüfungsprogramm

6. DAN (ROKKU-DAN)

Prüfungsinhalt nach Wahl von Prof. Dr. Ilija Jorga, wobei Themen aus den vorgenannten Prüfungen zum Inhalt gemacht werden können. Die Zulassung zur Prüfung basiert auf der Graduierungs-und Prüfungsordnung der Fudokan Karate Akademie Deutschland.

Verdienste um das Fudokan in Deutschland.

Technischer Teil:

Mindestens 2 Fudokan Kata mit dazugehörigem Bunkai.

Kataauswahl:

Kaminaru, Washi No Maai, Yon Re, Setsu Bama Yama, Tekki Oi Kumi, Heian Oi Kumi, Kanku Oi Kumi, Kittei Shodan, Kittei Nidan Higashiyama Sensei, Taiji Shodan, Taiji Nidan.

7. DAN (SICHI-DAN)

Prüfungsinhalt nach Wahl von Prof. Dr. Ilija Jorga, wobei Themen aus den vorgenannten Prüfungen zum Inhalt gemacht werden können. Die Zulassung zur Prüfung basiert auf der Graduierungs-und Prüfungsordnung der Fudokan Karate Akademie Deutschland.

Verdienste um das Fudokan in Deutschland und auf internationaler Ebene.

8. DAN (HACHI-DAN)

Prüfungsinhalt nach Wahl von Prof. Dr. Ilija Jorga, wobei Themen aus den vorgenannten Prüfungen zum Inhalt gemacht werden können. Die Zulassung zur Prüfung basiert auf der Graduierungs-und Prüfungsordnung der Fudokan Karate Akademie Deutschland.

Verdienste um das Fudokan in Deutschland und auf internationaler Ebene.