Kata

Prüfungsaufgabe für den 1. Kyu - Niedersächsischer Judo Verband ab 2023

In Niedersachsen werden ca. 10 Techniken aus bekannten Kodokan Kata zur Prüfung zum 1. Kyu zugelassen. Diese sollten in einem bekannten Zusammenhang stehen (z.B. Gruppe einer Kata). Die Prüfungsaufgabe bezieht sich auf die Torirolle.

1. Kodokan Kata

Hier zeigst du ca. 10 Techniken in geschlossenen Gruppen einer Kodokan kata. Beispiele:

- Nage no kata Gruppen 1 + 2 in Links- und Rechtsausführung (12 Aktionen + Zeremonie)

- Katame no kata oder Ju no kata Gruppen 1 + 2 (10 Aktionen + Zeremonie)

2. Nage no einseitig

Hier zeigst du drei Gruppen der Nage no kata einseitig (9 Aktionen + Zeremonie)

3. Kodokan Mix

Hier zeigst du geschlossene Gruppen aus verschiedenen Kodokan kata. Beispiel:

- 1. Gruppe Nage no kata beidseitig und 1. Gruppe Katame no kata (11 Aktionen + Zeremoniell)

4. Individuelle Lösungen

Individuelle Lösungen sind unbedingt erwünscht. Diese sollten aber im Vorfeld frühzeitig mit der Prüfungskommission abgesprochen sein. Nicht jeder Kyuprüfer kann die 2. Gruppe der Kime no kata bewerten.

Ausbildung

Für die Ausbildung auf Lehrgängen werden exemplarisch die ersten drei Gruppen der Nage no kata gelehrt. So kann ein Prüfling zum 1. Kyu zwei der drei ersten Gruppen links und rechts oder alle drei Gruppen einseitig präsentieren. Dies soll gleichzeitig eine Hinführung zum 1. Dan sein (alle drei Gruppen beidseitig).

Kata

Prüfungsaufgabe für den 1. Kyu - Niedersächsischer Judo Verband ab 2023

In Niedersachsen werden ca. 10 Techniken aus bekannten Kodokan Kata zur Prüfung zum 1. Kyu zugelassen. Diese sollten in einem bekannten Zusammenhang stehen (z.B. Gruppe einer Kata). Die Prüfungsaufgabe bezieht sich auf die Torirolle.

Name des Judoka: _____

Nummer	Technik	Gruppe und Kata
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		