

## Prüfungswesen

### **grundlegende Fehler bei der Demonstration der Nage no kata**

Sollten in einer Kata-Ausführung mehrere der genannten Fehler auftreten, gilt sie als **nicht bestanden**:

- An- und Abgrüßen, Kleiderordnen, Drehen, „Form“
- Kontrollverlust (Tori über Uke, Tori über sich selbst und die Technik)
- kein Kuzushi bzw. Uke springt
- falsche Eingänge
- falsche Angriffe von Uke mit Auswirkungen auf die Kata / Technik von Tori
- falsche Positionierung auf der Matte
- Tori bestimmt die Startposition, Uke stellt den Handlungsabstand her
- falsches Wurfprinzip (O-goshi statt Uki-goshi; Ashi guruma statt Harai goshi; De ashi barai statt Okurie ashi barai / Koshi Uchi-mata statt Ashi uchi mata, Ura nage statt Yoko-guruma, De ashi barai statt Yoko gake) auch wenn das Gezeigte strukturverwandt ist
- Tori lässt bei den Sutemi-Techniken das Standbein nicht auf der Matte
- falsches Gehen
- Gefährdung/Verletzung von Uke
- falsches Uke-Verhalten

#### **Hinweis:**

Das Auslassen einer Technik bzw. das Verwechseln der Technikreihenfolge/-gruppen führt nicht zwangsläufig zum Durchfallen im Prüfungsfach Kata (!), je nach Ausprägung und Güte der Kata, kann die entsprechende Gruppe am Ende der Prüfung noch einmal wiederholt werden.

### **Fehler in der Technikausführung**

#### **Uki otoshi:**

- Tori dreht sich mit
- Tori weicht aus

#### **Seoi nage:**

- Tori dreht sich ein, bevor Uke in Griffweite steht
- unterbrechen von Ukes Angriff und Wiederaufnahme des Zuges durch Tori
- Tori lädt Uke nicht auf, sondern zieht ihn über seinen Rücken

#### **Kata guruma:**

- Uke landet mit dem Kopf hinter Tori
- Tori hebt mit Eigengefährdung durch Körperbeugung in der falschen Richtung aus
- Tori zieht während des Aushebens das falsche Bein heran/dreht nach dem Abwurf in Richtung Uke mit

#### **Uki goshi:**

- Toris Schulter vor Ukes Achsel
- Tori fasst auf den Rücken statt um die Hüfte
- Tori hebt statt zu kippen

#### **Harai goshi:**

- Kodokan-Eingang statt Pulling-out

- falscher Kontaktpunkt, Tsurite nicht auf Ukes Schulterblatt, sondern am Kragen vorn / um die Hüfte
- Fußwurf mit Rotation statt Hüftwurf mit Hebung / Ashi guruma

#### **Tsuri komi goshi:**

- falsche Eingangsvariante, „Pulling out“ statt Kodokan-Eingang
- vor Kake kein Rücken-Bauch-Kontakt nach dem Platzwechsel / Uke
- Tori hebt Uke, statt ihn zu kippen
- Uke wird seitlich über die Hüfte geworfen statt gerade nach vorn

#### **Okuri ashi harai:**

- versetztes Stehen zueinander vor der Technikausführung
- De ashi harai
- Tori zieht Uke hinter sich her

#### **Sasae tsuri komi ashi:**

- Tori geht nicht aus dem Weg
- Hikite statt auf Schulterhöhe in Richtung Bauch = die Zughand zieht nach unten

#### **Uchi mata:**

- 3. Schritt geht zurück
- Rotationsbewegung wird nicht zur Wurfausführung genutzt
- Tori wirft als Koshi waza (Körperquerachse)

#### **Tomoe nage:**

- Toris Fuß nicht unter Ukes Schwerpunkt, sondern auf der Leiste oder Hüfte
- Bein als Katapult eingesetzt
- Tsugi ashi statt Ayumi ashi

#### **Ura nage:**

- Tori geht mit dem falschen Fuß vor
- Tori wirft mit Rotation Uke zur Seite oder rollt ab
- Toris Hand geht nicht unter Ukes Schwerpunkt (Gürtelknoten)

#### **Sumi gaeshi:**

- kein Jigotai
- fehlende Zugspannung = kein Kuzushi
- keine Aktion/Reaktion sichtbar

#### **Yoko gake:**

- Kawaishi-Variante (Uke stark gedreht und Kuzushi nach hinten)
- Tori hakt nicht unter Ukes Schwerpunkt hindurch, sondern drückt sich mit dem Bein nach hinten weg

#### **Yoko guruma:**

- fehlende Zweistufigkeit (Toris Ura nage-Ansatz, Ukes Gegenreaktion > Yoko guruma)
- fehlende Körperspannung, Tori zieht Uke auf sich drauf, statt ihn über sich hinweg zu werfen

#### **Uki waza:**

- kein Jigotai
- fehlende Pendelbewegung
- Tori agiert, ohne auf Ukes Reaktion zu warten