



TuSpo Dojo

Kyu-Prüfungsprogramm

Stand: 1.5.2026

Vorbemerkung

Dieses Prüfungsprogramm ist bindend für Kyu-(Farbgurt-)Prüfungen im TuSpo Surheide e.V. Die Prüfungskommission kann insoweit davon abweichen, als das Inhalte weggelassen werden können. Gleichwohl können alle Inhalte der vorherigen Prüfungen, z.B. Kata oder Kumite-Formen, zusätzlich verlangt werden. Die Kandidaten müssen also das gesamte bisher Erlernte beherrschen und dürfen sich nicht nur auf den jeweiligen Programmausschnitt „ihres“ aktuellen Gurts beschränken.

Grundsätzlich gilt bei neuen Inhalten (z.B. erstmals Kihon Kumite Nr. 2, zuvor war es nur Kihon Kumite Nr. 1) der Grundsatz „Kennen und Können“. Das bedeutet: Die neue Form muss bekannt sein und dafür angemessen präsentiert werden. Die schon länger bekannte Version muss entsprechend besser beherrscht, also gekonnt werden.

Je höher die angestrebte Graduierung, desto weniger gravierende Fehler werden toleriert.

Die Anmeldung erfolgt durch das Trainerteam nach Bewertung der Leistungen im Training. Es bringt also nichts, „nur“ in der Prüfung eine gute Leistung zu zeigen - Konstanz, Fleiß, Ehrgeiz und Regelmäßigkeit in den Monaten davor sind ebenso wichtig.

Mindestvorbereitungszeit für Prüfungen und Gürtelfarben des DKV

Graduierung	Gürtelfarbe	Vorbereitungszeit	Vorbereitungszeit Kinder bis 14 Jahre
bis zum 9. Kyu	weiß m. gelben Streifen	Keine	Keine
bis zum 8. Kyu	gelb	3 Monate	5 Monate
bis zum 7. Kyu	orange	3 Monate	5 Monate
bis zum 6. Kyu	grün	3 Monate	5 Monate
bis zum 5. Kyu	blau	3 Monate	5 Monate
bis zum 4. Kyu	blau*	3 Monate	5 Monate
bis zum 3. Kyu	braun	3 Monate	5 Monate
bis zum 2. Kyu	braun	3 Monate	5 Monate
bis zum 1. Kyu	braun	3 Monate	5 Monat

* in unserem Dojo ist der Gürtel violett. Grundannahme bei 2x Training pro Woche.

Übersicht Kata und Kumite

	9. Kyu	8. Kyu	7. Kyu	6. Kyu	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu
Kata (vorherige kann verlangt werden)									
P. Nidan		x							
P. Shodan			x						
P. Sandan				x					
P. Yondan					x				
P. Godan						x			
Naihanchi							x		x
Kushanku								x	x

	9. Kyu	8. Kyu	7. Kyu	6. Kyu	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu
Ohyo Kumite									
Ohyo 1	Kein Kumite			x	x	x	x	x	x
Ohyo 2					x	x	x	x	x
Ohyo 3						x	x	x	x
Ohyo 4							x	x	x
Ohyo 5								x	x
Kihon Kumite	Kein Kumite								
Kihon 1					x	x	x	x	x
Kihon 2						x	x	x	x
Kihon 3							x	x	x
Kihon 4								x	x
Kihon 5									x

9. Kyu - Weißgurt

KIHON TSUKI & KERI - GRUNDTECHNIKEN

1. Tachi Kata (Fußstellungen = Musubi Dachi, Jigotai, Junzuki no Ashi Dachi, Gyakuzuki no Ashi Dachi)
2. Junzuki - Mawate Jodan Uke
3. Gyakuzuki - Mawate Gedan Barai
4. Mae Hiza Geri
5. Maegeri - Mawate Kamaete

UKE WAZA - Abwehrtechniken je 4- 6x im Stand

1. Uchi Uke
2. Soto Uke

8. Kyu - Gelbgurt

KIHON TSUKI & KERI - GRUNDTECHNIKEN

1. Junzuki - Mawate Jodan Uke
2. Gyakuzuki - Mawate Gedan Barai
3. Hizageri Mae Yoko
4. Maegeri - Mawate Kamaete
5. Surikomi Maegeri - Mawate Kamete

UKE WAZA je 4 - 6 x im Vorwärts- und im Rückwärtsgehen

1. Uchi Uke
2. Soto Uke

UCHI WAZA - Nahkampftechniken

1. Empi Uchi 1+2

RENZOKU WAZA - KOMBINATIONEN

1. Chudan Maegeri - Gyakuzuki
2. Chudan Surikomi Maegeri Gyakuzuki

KATA

1. Pinan Nidan

7. Kyu - Orangegurt

KIHON TSUKI & KERI - GRUNDTECHNIKEN

1. Junzuki No Tsukomi
2. Gyakuzuki No Tsukomi
3. Maegeri
4. Mawashigeri
5. Yoko Geri

UKE WAZA - je 4- 6x im Vorwärts- und im Rückwärtsgehen

1. Shuto Uke
2. Jodan Uke
3. Gedan Barai

UCHI WAZA - Nahkampftechniken

1. Empi Uchi 1-2
2. Uraken Uchi

RENZOKU WAZA- KOMBINATIONEN

1. Maegeri - Mawashigeri - Gyakuzuki
2. Surikomi - Maegeri - Gyakuzuki - Mawashigeri

KATA

1. Pinan Shodan

IPPONKUMITE Rechts und Links

1. Angriff: Junzuki - Abwehr: Uchi Uke - Konter: Gyakuzuki
2. Angriff: Mae Geri - Abwehr: Uchi Harai Uke - Konter: Gyakuzuki

6. Kyu - Grüngurt

KIHON TSUKI & KERI - GRUNDTECHNIKEN

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Tobikomizuki
4. Kette Tobikomizuki
5. Hizageri Mae Yoko
6. Surikomi Mawashigeri
7. Sokuto Fumikomi
8. Sokuto

UKE WAZA

1. Haishu Uke
2. Jodan Nagashi Uke

UCHI WAZA - Nahkampftechniken

1. Uraken Uchi
2. Tettsui Uchi

RENZOKU WAZA

1. Maegeri - Sokuto Fumikomi - Gyakuzuki
2. Surikomi Maegeri - Sokuto - Gyakuzuki
3. Maegeri - Junzuki Chudan - Sokuto
4. Maegeri - Junzuki Jodan - Surikomi Sokuto

KATA

1. Pinan Sandan

IPPONKUMITE Rechts und Links

1. Angriff: Tzuki Jodan - Abwehr: Soto Uke - Konter: Gyakuzuki
2. Angriff: Sokuto Chudan - Abwehr: Soto Harai Uke - Konter: Gyakuzuki

OHYO KUMITE

1. Ipponme

JIYU KUMITE

Hinweis

Jiyu Kumite wird ab dem 40. Lebensjahr nicht mehr gefordert, kann aber auf Wunsch gezeigt werden.

5. Kyu - Blaugurt

KIHON

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Nagashizuki
6. Yokogeri
7. Ushirogeri
8. Sokuto
9. Maetobigeri

UKE WAZA

- 2 nach Ansage der Prüfer im Vorwärts- und im Rückwärtsgehen

UCHI WAZA- Nahkampftechniken

1. Empi Uchi 1- 4
2. Haito Uchi

RENZOKU WAZA

1. Mawashigeri - Ushirogeri - Gyakuzuki
2. Surikomi Sokuto Fumikomi - Ushirogeri - Uraken Jodan
3. Jodan Uke - Maegeri - Tobikomizuki Jodan

KATA

1. Pinan Yodan

IPPONKUMITE

Verteidigung gegen Ushirogeri, Abwehr und Konter frei

Verteidigung gegen Nagashizuki, Abwehr und Konter frei

OHYO KUMITE

1. Ipponme

2. Nihonme

KIHON KUMITE

1. Ipponme

SELBSTVERTEIDIGUNG

Nahkampf: Techniken am Partner:

1. Urazuki, 2. Tatezuki, 3. Enpi, 4. Hizageri

JIYU KUMITE

4. Kyu - Violettgurt

KIHON

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Nagashizuki
6. Mawashigeri
7. Ushirogeri
8. Sokuto
9. Ushiromawashigeri

UKE WAZA

Zwei nach Ansage der Prüfer im Vor- und Zurückgehen, mit Angriff

UCHI WAZA - Nahkampftechniken

1. Taisho Uchi
2. Shuto Uchi

RENZOKU WAZA

1. Nagashizuki Jodan - Mawashigeri - Ushirogeri - Maehizageri - Uchi Uke - Gyakuzuki
2. Tobikomizuki Jodan - Maegeri - Soto Uke Jodan - Gyakuzuki
3. Junzuki No Tsukomi - Mawashigeri - Hizageri - (Yoko Kibadachi) - Empi Uchi Chudan

KATA

1. Pinan Godan

IPPONKUMITE

Verteidigung gegen Ushiromawashigeri, Abwehr und Konter frei

OHYO KUMITE

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme

KIHON KUMITE

1. Ipponme
2. Nihonme

SELBSTVERTEIDIGUNG

Gegen Klammern von vorn, Seite, hinten Arme frei lassen. Festhalten der Handgelenke mit einer und zwei Händen.

JIYU KUMITE

3. Kyu - Braungurt

KIHON

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Tobikomizuki
6. Nagashizuki
7. Hizageri Mae Yoko
8. Mawashigeri
9. Ushirogeri
10. Sokuto
11. Ushiromawashigeri

UCHI WAZA - Nahkampftechniken

1. Uraken Uchi
2. Tettsui Uchi
3. Empi 1-4

RENZOKU WAZA

1. Surikomi Ushirogeri - Empi Uchi Ushiro - Tettsui Uchi Kiba Dachi - Uraken Nekoashi Dachi Jodan - Gyakuzuki
2. Surikomi Maegeri - Sokuto Fumikomi-Ushirogeri - Uraken Jodan
3. Surikomi Maegeri - Surikomi Mawashigeri - Surikomi Maetobigeri - Tettsui Uchi

THEORIE

Ein kurzer Vortrag zu einem selbst ausgewählten Thema mit Bezug zum Wado- Ryu.

KATA

1. Naihanchi

OHYO KUMITE

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme

KIHON KUMITE

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme

SELBSTVERTEIDIGUNG

Gegen Umklammerung von Körper und Armen, von vorne, seitwärts und hinten Gegen langen Würger von vorne, seitlich, hinten, oder alternativ Kata Bunkai oder Freikampf.

JIYU KUMITE

2. Kyu - Braungurt

KIHON

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi

4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Nagashizuki
6. Surikomi Mawashigeri
7. Surikomi Sokuto
8. Ushirogeri
9. Maetobigeri

UKE WAZA

Soto Uke, Uchi Uke mit Verbindung zum Uchi Waza

UCHI WAZA – Nahkampftechniken

2 nach Ansage der Prüfer als Kihon sowie am Partner

RENZOKU WAZA

1. Surikomi Maegeri – Nagashizuki Jodan – Mawashigeri
2. Surikomi Sokuto – Uchi Uke Kiba Dachi – Urazuki Chudan Gedan Barai – Maegeri
3. Zenshinshite Jodan/Chudan Renzuki – Maegeri – Nagashizuki Jodan – Gyakuzuki – Mawashigeri

THEORIE

Ein kurzer Vortrag zu einem selbst ausgewählten Thema mit Bezug zum Wado- Ryu.

KATA

1. Kushanku

OHYO KUMITE

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme
5. Gohonme

KIHON KUMITE

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme

SELBSTVERTEIDIGUNG

Gegen Würger von vorn, Seite, hinten mit gekrümmten Arm gegen Schwitzkasten, gegen am Kragen eine Hand, zwei Hände fassen, oder alternativ Kata Bunkai oder Freikampf

JIYU KUMITE

1. Kyu - Braungurt

KIHON

1. Kette Junzuki
2. Kette Gyakuzuki
3. Kette Junzuki No Tsukomi
4. Kette Gyakuzuki No Tsukomi
5. Nagashizuki
6. Hizageri Mae Yoko
7. Maegeri
8. Surikomi Mawashigeri
9. Mawashigeri
10. Yokogeri
11. Ushirogeri
12. Surikomi Sokuto

UCHI WAZA - Nahkampftechniken

4 nach Ansage der Prüfer

RENZOKU WAZA

1. Maegeri - Sokuto - Ushirogeri - Uraken Jodan - Gyakuzuki
2. Surikomi Jodan/Chudan Renzuki - Surikomi Maegeri - Mawashigeri - Uraken Jodan

THEORIE

Ein kurzer Vortrag zu einem selbst ausgewählten Thema mit Bezug zum Wado-Ryu.

KATA

1. Kushanku

2. Naihanchi

OHYO KUMITE

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme
5. Gohonme

KIHON KUMITE

1. Ipponme
2. Nihonme
3. Sanbonme
4. Yonhonme
5. Gohonme

DEMONSTRATION

Demonstration von mind. fünf SV-Situationen (freies SV- Randori), oder alternativ Kata Bunkai oder Freikampf

JIYU KUMITE

