



8.Kyu (weiß-gelber Gürtel)

Mindestalter 7 Jahre (Geburtsdatum)

<p><i>Falltechnik</i> (3 Aktionen)</p>	<p>rückwärts</p>	<p>seitwärts <i>(beidseitig)</i></p>			
<p><i>Grundform der Wurftechniken</i> (6 Aktionen)</p>	<p>Uki-goshi <i>(beidseitig)</i></p>	<p>O-goshi <i>(beidseitig)</i></p>	<p>O-soto-otoshi <i>(beidseitig)</i></p>		
<p><i>Grundform der Bodentechniken</i> (4 Aktionen)</p>	<p>Kuzure-kesa-gatame <i>(beidseitig)</i></p>	<p>Mune-gatame <i>(beidseitig)</i></p>			
<p><i>Anwendungsaufgaben Stand</i> (3 Aktionen)</p>	<p>> wenn Uke schiebt/vorkommt wirft Tori Uki-goshi > wenn Uke schiebt/vorkommt wirft Tori O-goshi > wenn Uke zieht/zurückgeht wirft Tori O-soto-otoshi</p>				
<p><i>Anwendungsaufgaben Boden</i> (3 Aktionen)</p>	<p>> Verkettung von Uki-goshi oder O-goshi mit anschließendem Mune-gatame und nachfolgender Befreiung des Partners > Verkettung von O-soto-otoshi mit anschließendem Kuzure-kesa-gatame und nachfolgender Befreiung des Partners > wenn der Partner sich aus einem der Haltegriffe zu befreien versucht wechseln in den jeweils anderen</p>				
<p><i>Randori</i> (3-5 Randori a`1 min.)</p>	<p>> Aus dem Kniestand Bodenrandori beginnen; d.h. freies Kämpfen, um die vorher erlernten Haltegriffe und Befreiungen zu erproben</p>				