

Das Wado-Prüfungsprogramm von Bushido Chemnitz mit Stand vom 22.02.2011, gelesen und bestätigt durch unseren Dojoleiter, Mike John.

9. Kyu (Weißgurt):

Kihon – Tsuki (Faust) und Keri (Fuß) Grundtechniken:

1. Junzuki Chudan (gerader Fauststoß)
2. Gyakuzuki Chudan (entgegengesetzter Fauststoß)
3. Maegeri Chudan (gerader Fußtritt)
4. Jodan Uke (Kopfabwehr)
5. Gedan Barai (Fußabwehr)

8. Kyu (Gelbgurt):

Kihon – Tsuki (Faust) und Keri (Fuß) Grundtechniken:

1. Techniken des 9. Kyu und:
2. Surikomi Maegeri Chudan (Übersetzungsschritt mit anschließendem geraden Fußtritt)
3. Sokuto Fumikomi (sitlicher Stampftritt zum Knie)

Renzoku Waza (Kombinationen):

1. Maegeri Chudan – Gyakuzuki Chudan
2. Surikomi Maegeri Chudan – Gyakuzuki Chudan

Kata:

1. Pinan Nidan

7. Kyu (Orangegurt):

Kihon – Tsuki und Keri Grundtechniken:

1. Techniken des 9. Kyu und 8. Kyu und:
2. Junzuki No Tsukomi
3. Gyakuzuki No Tsukomi
4. Mawashigeri Chudan

Renzoku Waza (Kombinationen):

1. Maegeri Ch. – Mawashigeri Ch. – Gyakuzuki Ch.
2. Surikomi Maegeri Ch. – Mawashigeri Ch. – Gyakuzuki Ch.
3. Maegeri Ch. – Gyakuzuki Ch. – Mawashigeri Ch.
4. Surikomi Maegeri Ch. – Gyakuzuki Ch. – Mawashigeri Ch.

Kata:

1. Pinan Nidan
2. Pinan Shodan