

1. Dan Sai-Jutsu

Blatt A) Übersicht:

I. GRUNDLAGEN:

Geschichtliches
Nomenklatur

II. VORKENNTNISSE:

Programm bis 1. Kyu

III. KIHON:

Eigenes Kihon

IV. KUMITE:

10 Kumite gegen verschiedene Angriffe
Bo, Hanbo, Faust, Fuß etc.,

V. KATA:

1 Wahl-Kata:

5. – 1. Kyu nach Wahl des Prüflings

1 Pflicht-Kata:

Kishaba-No-Sai Dai

1 Bunkai nach eigener Wahl

1 Bunkai nach Wahl der Prüfer

VI. RANDORI:

Gegen eine Waffe