



stiloffenes traditionelles Okinawa Kobudo

im















Prüfungsordnung Kobudo - Einzelwaffen -

Dokumenthistorie:

Datum	Version	Verfasser	Bemerkungen
11.08.2016	1.0	Westermann	Dokumentenerstellung als Entwurf
02.02.2017	2.0	Westermann	Überarbeitung und Freigabe durch BDJJ / Sebastian Gnotke, Georg Hansch, Uwe Seemann am 28.01.2017 in Celle
24.09.2017	2.1	Westermann	Änderung: Hojo undo Kombinationen: Anzahl, keine Abgabe der Techniken, Demonstration am Partner – mündl. Freigabe Sebastian Gnotke
08.07.2018	2.2	Westermann	Anpassung Prüfungslisten an BDJJ-Layout mündl. Freigabe J. Szeliés
11.11.2020	2.3	Westermann	Bewertungssystem auf 6 Punkte umgestellt / Freigabe Vorstand



Inhalt

Prüfungsordnung Kobudo	4
§1 Vorwort und Geltungsbereich.....	4
§2 Allgemeines	4
§3 Vorbereitungszeiten und Altersvoraussetzungen Kyu-Grade.....	4
§4 Vorbereitungszeiten und Altersvoraussetzungen Dan-Grade	4
§5 Anerkennung verbandsfremder Graduierungen.....	4
§6 Bewertung der Techniken und Bestehen einer Prüfung.....	5
§7 Bewertungskriterien.....	5
§8 Allgemeine Hinweise zu den Techniken (alle Einzelwaffen)	5
Hojo undo.....	5
Kumite	6
Kata.....	6
Sonderprogramm	6
Kyu-Prüfungsprogramm – Bo / Kon	7
Allgemeine Hinweise zu den Bo-Techniken	7
5. Kyu Bo / Kon – gelb 	7
4. Kyu Bo / Kon – orange 	8
3. Kyu Bo / Kon – grün 	9
Kyu-Prüfungsprogramm – Sai	10
Allgemeine Hinweise zu den Sai-Techniken	10
5. Kyu Sai – gelb 	10
4. Kyu Sai – orange 	11
3. Kyu Sai – grün 	12
Kyu-Prüfungsprogramm – Tonfa / Tungwa	13
Allgemeine Hinweise zu den Tonfa-Techniken	13
5. Kyu Tonfa / Tungwa – gelb 	13
4. Kyu Tonfa / Tungwa – orange 	14
3. Kyu Tonfa / Tungwa – grün 	15
Kyu-Prüfungsprogramm – Kama	16
Allgemeine Hinweise zu den Kama-Techniken.....	16
5. Kyu Kama – gelb 	16
4. Kyu Kama – orange 	17
3. Kyu Kama – grün 	18



Kyu-Prüfungsprogramm - alle Einzelwaffen	19
2. Kyu – blau 🗡️ (alle Einzelwaffen).....	19
1. Kyu – braun 🗡️ (alle Einzelwaffen)	19
Anhang	20
Liste der definierten Techniken.....	21
Kataliste	23



Prüfungsordnung Kobudo

§1 Vorwort und Geltungsbereich

Diese Prüfungsordnung gilt für die Budo-Disziplin traditionelles Okinawa Kobudo; insbesondere für die Kobudowaffen Bo, Sai, Tonfa und Kama. Die Prüfungsordnung ist stiloffen, d. h. die gezeigten Techniken sind keiner bestimmten Stilrichtung oder Schule zu zuordnen. **Als Angriffswaffen, sind nur traditionelle Kobudo-Waffen welche nicht unter das Waffenverbot lt. Waffengesetz (WaffG) fallen, zu verwenden.**

§2 Allgemeines

Es werden Kyu-Grade (Schülergrade) in den folgenden Gürtelfarben geprüft: gelb, orange, grün, blau, braun.

Die Gürtelfarbe für DAN-Grade (Meistergrade) 1 bis 5 ist rot mit längslaufenden schwarzen Streifen, der 6. Dan schwarz-rot-geblockt.

Der erworbene Gürtel ist bei allen sportlichen Anlässen im Bereich des Kobudo zu tragen. Das Recht zum Tragen des neuen Gürtels beginnt nach bestandener Prüfung. Besitzt ein Kobudoka mehrere Graduierungen in verschiedenen Kobudowaffen, so trägt er den Gürtel der höchsten Kobudo-Graduierung. Zur Prüfung der jeweiligen Waffe ist die der Waffe entsprechende Graduierung zu tragen. Die Graduierungen zu den verschiedenen Waffen können als einheitlicher Aufnäher am rechten Jackenärmel gekennzeichnet werden.

Zur Prüfung ist ein traditioneller Gi zu tragen. Die Farbe / Farbkombination ist freiwählbar. Hakamas sind nicht zulässig.

§3 Vorbereitungszeiten und Altersvoraussetzungen Kyu-Grade

- | | | |
|-------------------------|-----------|---|
| a) zum 5. Kyu (gelb): | 6 Monate; | Bo, Tonfa 13 Jahre / Sai, Kama 16 Jahre |
| b) zum 4. Kyu (orange): | 6 Monate; | Bo, Tonfa 13 Jahre / Sai, Kama 16 Jahre |
| c) zum 3. Kyu (grün): | 6 Monate; | Bo, Tonfa 14 Jahre / Sai, Kama 17 Jahre |
| d) zum 2. Kyu (blau): | 6 Monate; | Bo, Tonfa 14 Jahre / Sai, Kama 17 Jahre |
| e) zum 1. Kyu (braun): | 9 Monate; | Bo, Tonfa 16 Jahre / Sai, Kama 18 Jahre |

Das Mindestalter im Bereich Sai / Kama kann bei entsprechend technischer und charakterlicher Eignung des Prüflings durch den Prüfer herabgesetzt werden.

§4 Vorbereitungszeiten und Altersvoraussetzungen Dan-Grade

- | | | |
|---|----------|----------|
| a) zum 1. Dan (rot/schwarz, gestreift): | 1 Jahr; | 18 Jahre |
| b) zum 2. Dan (rot/schwarz, gestreift): | 1 Jahr; | 20 Jahre |
| c) zum 3. Dan (rot/schwarz, gestreift): | 2 Jahre; | 25 Jahre |
| d) zum 4. Dan (rot/schwarz, gestreift): | 2 Jahre; | 30 Jahre |
| e) zum 5. Dan (rot/schwarz, gestreift): | 3 Jahre; | 36 Jahre |
| f) zum 6. Dan (rot/schwarz, geblockt): | 3 Jahre; | 42 Jahre |

Die Vorbereitungszeiten können nicht verkürzt werden.

§5 Anerkennung verbandsfremder Graduierungen

Hat ein Kobudoka von verbandsfremder Seite eine Graduierung in der entsprechenden Kobudowaffe erworben, ist dessen Anerkennung möglich.

Die Anerkennung der erworbenen Graduierung erfolgt, wenn sich der Kobudoka einer Prüfung zum nächsthöheren Grad unterzieht. Die Theorie und die Techniken der vorherigen Graduierungen werden stichpunktartig überprüft. Den Umfang der Überprüfung obliegt dem Ermessen des Prüfers. Besteht der Prüfling, gelten die von verbandsfremder Seite erworbenen Graduierungen als anerkannt.



§6 Bewertung der Techniken und Bestehen einer Prüfung

- 6 Punkte = fehlerfrei bei sehr gutem Gesamteindruck, sehr zufrieden
Die Leistung hat zu jeder Zeit die Erwartung übertroffen.
- 5 Punkte = kleine Mängel bei gutem Gesamteindruck, zufrieden
Die Leistung hat zu jeder Zeit die Erwartung erfüllt und häufig übertroffen.
- 4 Punkte = Mängel – befriedigender Gesamteindruck, teilweise zufrieden
Die Leistung hat zum großen Teil die Erwartung erfüllt.
- 3 Punkte = grobe Mängel – ausreichender Gesamteindruck, weniger zufrieden
Die Leistung hat die Erwartung nur teilweise erfüllt und zeitweise unterschritten.
- 2 Punkte = ungenügender Vortrag, unzufrieden
Die Leistung hat die Erwartung nicht erfüllt.

Werden in einem Prüfungsteil nur 3 Punkte erreicht, ist die Prüfung nicht bestanden.

Die Prüfer haben die gezeigten Leistungen unabhängig voneinander zu bewerten und in ihrer Liste durch Unterschrift zu bestätigen. Nachträgliche Korrekturen sind zu vermeiden. Nach Beendigung der Prüfungen vergleichen die Prüfer die Ergebnisse ihrer Listen und stellen anhand des Gesamtergebnisses für jeden Prüfling fest, ob dieser bestanden hat.

Ein Prüfling hat bestanden, wenn er **mindestens zwei Drittel der höchstmöglichen Gesamtpunktzahl** bei jedem Prüfer erreicht hat. Hat ein Prüfling nicht bestanden, kann er sich frühestens nach einer Vorbereitungszeit von 6 Wochen erneut zur Prüfung stellen.

§7 Bewertungskriterien

- Stößen, Schläge entweder ausweichen oder blocken, bevor weitere Technik eingesetzt wird
- Schlag- und Stoßtechniken genau platzieren und kraftvoll ausführen (Kime). Es muss Spannung in der Technik zu erkennen sein.
- Kama: fließender Übergang der Schlagtechniken mit Saki (Klingenspitze) in eine Schnittbewegung
- Wahl eines geeigneten Stands (Dachi waza) zur demonstrierten Technik
- eigenes Gleichgewicht unter guter Körperkontrolle
- richtige Schwerpunktverlagerung des Körpers zum richtigen Zeitpunkt
- rechts- und linksseitige Angriffe abwehren und ausführen können
- präzise und korrekte Ausführung der Technik in der angestrebten Graduierung entsprechender Geschwindigkeit
- flüssige Bewegungen und gerade Körperhaltung
- Übersicht, Raum- und Zeiteinteilung

§8 Allgemeine Hinweise zu den Techniken (alle Einzelwaffen)

Alle Waffen welche traditionell als Paar verwendet werden, werden auch in allen Techniken als Paar eingesetzt (Sai, Tonfa, Kama). Die Bauweise, Form und das Material der Waffe ist dem Prüfling überlassen, soll jedoch dem traditionellen Vorbild entsprechen (kein Hartplastik, Karbon, usw.).

Anmerkung: Im Kobudo ist im Gegensatz zum Karate die Richtung vertauscht. Ein Soto uke verläuft von innen nach außen - Im Karate hingegen von außen nach innen. Dies betrifft auch Uchi uke, auch hier ist die Richtung gegensätzlich.

Hojo undo

- Jede Technikserie der Hojo undo wird 6x demonstriert, 3x in Vorwärtsrichtung und 3x in Rückwärtsrichtung; im Wechsel als rechte und linke Technik.
- Die vom Prüfling zu demonstrierenden freien Kombinationstechniken (Renraku waza) als Hojo undo sind frei wählbar. Nach jeder Kombinations-Technikserie ist die gezeigte Technik am Partner in nachvollziehbarer Geschwindigkeit zu demonstrieren. Als Angriffswaffe ist der Bo/Kon oder der Hanbo zu verwenden.
- Jede Technikserie der Hojo undo startet und schließt in einer beliebigen Grundstellung (Kamae) ab. Die nächste Serie startet aus der Grundstellung; nach Ansage der Technik durch den Prüfer.
- Der Prüfling wählt selbst eine geeignete Standtechnik (Dachi waza) zur gezeigten Technik.
- Varianten der geforderten Technik sind zulässig; Die Technik muss Ihrem Wesen nach der geforderten Technik entsprechen.
- Die Hojo undo ist ruhig aber mit Kime zu demonstrieren. Es muss Spannung und eine aufrechte Körperhaltung in der Technik zu erkennen sein. Auf entsprechendes Hikite ist zu achten.



Kumite

Eine Steigerung der Geschwindigkeit und der eingesetzten Angriffskraft zur nächsthöheren Graduierung ist anzustreben.

- **Yakusoku kumite** – festgelegter Kampf mit **definierten** Techniken
Die Angriffstechnik wird vom Prüfling angesagt und ist entsprechend der von der PO vorgegebenen Verteidigungstechnik sinnvoll zu wählen. Die Prüfer sagen die geforderten Techniken an. Jede Kombination startet und schließen in einer beliebigen Grundstellung (Kamae) ab. Die gegengleiche Ausführung startet aus dieser Grundstellung. Varianten der geforderten Technik sind zulässig; Die Technik muss Ihrem Wesen nach der geforderten Technik entsprechen. Es obliegt dem Prüfling Schutzbekleidung zu tragen, diese ist im Sinne der PO nicht verpflichtend.
- **Jiyu ippon kumite** – auf **einen** Angriff ausgelegter Kampf mit **nicht definierten** Techniken (freier Angriff / Abwehr)
Das Tragen eines geeigneten Kopfschutzes sowie einer Schutzweste ist verpflichtend. Bei Graduierungen zum Kama ist ein Holz-Kama zu verwenden. Stiche (Tsuki/Nuki) zum Hals oder Kopf sind sowohl vom Angreifer wie auch als Konter nicht zulässig.
Die Angriffstechnik ist dem Prüfling unbekannt. Ihr/sie wird ausgewichen oder geblockt und im Anschluss sinnvoll gekontert. Die Techniken sind mit leichtem Kontakt zu demonstrieren. Zu Beginn und zum Ende ist von beiden Partnern in eine frei wählbare Grundstellung zu wechseln (Kamae).
- **Jiyu kumite** – freier Kampf
Das Tragen eines geeigneten Kopfschutzes sowie einer Schutzweste ist verpflichtend. Bei Graduierungen zum Kama ist ein Holz-Kama zu verwenden. Stiche (Tsuki/Nuki) zum Hals oder Kopf sind sowohl vom Angreifer wie auch als Konter nicht zulässig.
Die Angriffstechniken werden nicht angesagt und sind entsprechend sinnvoll abzuwehren und zu kontern, hierbei soll ein stetiger Wechsel zwischen Verteidigung und Angriff erfolgen. Die Techniken sind mit leichtem Kontakt durchzuführen. Der „Kampf“ sollte mindestens 1 Minute pro Angriffswaffe umfassen und ist in einer der angestrebten Graduierung entsprechenden Geschwindigkeit durchzuführen.
- **Bunkai**
Jede Sequenz der Kata wird vom Prüfling in Kata Form demonstriert, gefolgt als Yakusoku kumite mit Partner; erst in langsamen Bewegungen („Zeitlupe“) und dann in reeller Geschwindigkeit. Es folgt die nächste Sequenz. Wiederholende Sequenzen innerhalb der Kata werden ausgelassen. Eine Kata-Sequenz endet mit einem Richtungswechsel oder dem Ende der Kata.

Kata

Bei den gezeigten Kata muss es sich um anerkannte traditionelle Kobudo Kata der jeweiligen Waffe handeln (Beispiele siehe Liste im Anhang; nicht bindend). Moderne Sho-/Dai Versionen sind nicht zulässig.

Die gewählten Kata sind dem Prüfer mindestens 4 Wochen vor dem Prüfungstermin im Antrag zur Dan-Prüfung mitzuteilen, bzw. zum Dan-Vorbereitungslehrgang vorzustellen.

- **Kata oyo**
Entwicklung einer eigenen Kata oyo zur gezeigten Kata. Die Durchführung erfolgt durchgehend ohne Pausen in Kata Form mit **einem Partner in nur eine Richtung**. Wiederholende Sequenzen innerhalb der Kata werden ausgelassen.
- **Kata kumiwaza**
Entwicklung einer eigenen Kata kumiwaza zur gezeigten Kata. Die Durchführung erfolgt durchgehend ohne Pausen in Kata Form mit **zwei Partnern in zwei Richtungen**. Wiederholende Sequenzen innerhalb der Kata werden ausgelassen.
- **Eigene Kata**
Die Kata ist in Schrift und Bild zu dokumentieren und den Prüfern mindestens 4 Wochen im Vorfeld mit dem Antrag zur Dan-Prüfung einzureichen (Vorzugsweise in digitaler Form) bzw. zum Dan-Vorbereitungslehrgang vorzustellen. **Der Grobentwurf ist vor Teilnahme an den Dan-Vorbereitungslehrgängen an die Prüfer senden.** Der Schwierigkeitsgrad hat der zu erwerbenden Graduierung zu entsprechen und die Dauer der Kata soll 1:30 Minuten nicht unterschreiten.

Sonderprogramm

Erfolgt in Absprache mit dem Prüfer und ist in Art und Umfang auf dem Antrag zur Dan-Prüfung zu vermerken.

Möglichkeiten sind z.B.: Kata einer nicht in der PO abgedeckten Kobudo-Waffe unter Berücksichtigung des Waffengesetzes (WaffG), Spezialtechniken zur Waffe, usw. Das Sonderprogramm hat praktisch zu erfolgen.



Kyu-Prüfungsprogramm – Bo / Kon

Allgemeine Hinweise zu den Bo-Techniken

[H] = **Honte mochi**
Rechtes Bein und rechter Arm sind vorne; oder
umgekehrt.

[G] = **Gyakute mochi**
Rechtes Bein und linker Arm sind vorne; oder
umgekehrt.

5. Kyu Bo / Kon – gelb 🏯

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 13 Jahre
- 6 Monate aktives Bo-Training

2. VORKENNTNISSE

- Entfällt für den 5. Kyu

3. THEORIE

- Etikette, Verhalten im Dojo und dem Sensei/Partner gegenüber
- Erläuterung der historischen Entstehung des Bo / Kon
- Benennung von weiteren Kobudo-Waffen

4. KIHON

- Fallen mit Bo in alle vier Richtungen (vorne, hinten, links rechts)
- Geschicklichkeitsübungen (z.B. vertikale / horizontale Drehung in einer Hand, usw.)
- 2 Varianten des Griffwechsels; Links- / Rechtsauslage

5. HOJO UNDO

- Uke waza
 - *Jodan age uke – aufsteigender Block zur oberen Körperstufe*
 - *Otoshi mae uke – absteigender Block nach vorne*
 - *Jodan naname uke [H] – diagonal absteigender Block zur oberen Körperstufe*
 - *Gedan barai uke [H] – gefegter Block zur unteren Körperstufe*
 - *Gedan sukui uke [H] – Schaufelblock zur unteren Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Jodan mae uchi [H] – senkrecht absteigender Schlag zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan naname uchi [H] – diagonal absteigender Schlag zur oberen Körperstufe*
 - *Chudan tsuki [H] - gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
 - *Jodan hira mae tsuki – waagerechter Stoß mit der Stockseite nach vorne zur oberen Körperstufe*
 - *Chudan yoko uchi [H] – horizontaler seitlicher Schlag zur mittleren Körperstufe*
 - *Gedan yoko uchi [H] – seitlicher Schlag zur unteren Körperstufe*

6. KUMITE

Eine Angriffswaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite

Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.

 - *Jodan age uke [H] -> Jodan naname uchi [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (aufsteigender Block zur oberen Körperstufe -> diagonal absteigender Schlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Otoshi mae uke [H] -> Jodan hira mae tsuki -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (absteigender Block nach vorne -> waagerechter Stoß mit der Stockseite nach vorne zur oberen Körperstufe)*
 - *Jodan naname uke [H] -> Chudan tsuki [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (diagonal absteigender Block zur oberen Körperstufe -> gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
 - *Gedan barai uke [H] -> Jodan mae uchi [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gefegter Block zur unteren Körperstufe -> senkrecht absteigender Schlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Gedan sukui uke [H] -> Jodan naname uchi [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Schaufelblock zur unteren Körperstufe -> diagonal absteigender Schlag zur oberen Körperstufe)*



4. Kyu Bo / Kon – orange

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 13 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Beschreibung von Bo-Varianten (Bauweisen, Längen) mit deren japanischen Bezeichnungen
- Benennung von Zielpunkten (Kyusho) am Körper incl. möglicher gesundheitlicher Auswirkungen bei Treffern
- Japanische Begriffe:
Tsuki [Stoß], Nuki [gleitender Stoß], Uchi [Schlag], Uke [Block], Jodan – Chudan – Gedan [Körperstufen]

4. KIHON

- Rolle vorwärts und rückwärts mit Bo; links und rechts
- Begrüßungs-Zeremonie vor der Yoi-Stellung (nicht stilgebunden)

5. HOJO UNDO

- Uke waza
 - *Gedan osae uke [H] – Pressblock zur unteren Körperstufe*
 - *Gedan yoko uke [H] – seitlicher Block zur unteren Körperstufe*
 - *Gyaku yoko uke [G] – umgekehrter seitlicher Block zur unteren Körperstufe*
 - *Gedan hane uke [H] – Abprallblock zur unteren Körperstufe*
 - *Chudan kake uke [H] – gehakter Block zur mittleren Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Chudan ushiro tsuki [H] - rückwärtiger gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
 - *Jodan age uchi [G] – aufsteigender Schlag zur oberen Körperstufe*
 - *Suna kake [H] – Sand schleudern*
 - *Jodan nuki [H] – gleitender gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe*
 - *Gedan nuki [H] – gleitender gradliniger Stoß zur unteren Körperstufe*
 - *Chudan nuki [H] – gleitender gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe*

6. KUMITE

Eine Angriffs- und Abwehrwaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite
Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.
 - *Gedan osae uke [H] -> Chudan yoko uchi [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung
(Pressblock zur unteren Körperstufe -> horizontaler seitlicher Schlag zur mittleren Körperstufe)*
 - *Gedan yoko otoshi uke [H] -> Jodan naname uchi [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung
(seitlich absteigender Block zur unteren Körperstufe -> diagonal absteigender Schlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Gedan hane uke [H] -> Gedan nuki [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung
(Abprallblock zur unteren Körperstufe -> gleitender gradliniger Stoß zur unteren Körperstufe)*
 - *Gyaku chudan yoko uke [G] -> Jodan age uchi [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung
(umgekehrter seitlicher Block zur unteren Körperstufe -> aufsteigender Schlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Chudan kake uke [H] -> Chudan nuki [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung
(gehakter Block zur mittleren Körperstufe -> gleitender gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe)*



3. Kyu Bo / Kon – grün

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 14 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Japanischen Zahlen
ichi [1], ni [2], san [3], shi [4], go [5], roku [6], shichi [7], hachi [8], kyu [9], ju [10]
- Japanische Begriffe:
Mae [vorne/vorwärts], Ushiro, Ura [hinten/rückwärts], Hidari [links], Migi [rechts], Yoko [seitlich], Uchi [innen], Soto [außen], Otoshi [absteigend], Age [aufsteigend], Gyaku [umgekehrt]

4. KIHON

- Demonstration von 6 verschiedenen Stellungen (Dachi), incl. japanischen Namen, sowie jeweils ein Anwendungsbeispiel zur Stellung (Uke- oder Atemi waza)

5. HOJO UNDO

- Atemi waza
 - *Jodan nagashi naname uchi [H] – zur oberen Körperstufe*
 - *Gyaku jodan age uchi [G] – umgekehrter aufsteigender Schlag zur oberen Körperstufe*
 - *Gyaku jodan mae uchi [G] – umgekehrter senkrecht absteigender Schlag zur oberen Körperstufe*
 - *Gyaku chudan yoko uchi [G] – umgekehrter horizontaler seitlicher Schlag zur oberen Körperstufe*
- Renraku waza
 - *3 freiwählbare Block- / Schlag-Kombinationen á 2 Techniken*
Demonstration der Kombinationstechnik am Partner in Rechtsauslage

6. KUMITE

Eine Angriffswaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite
Die Angriffstechnik wird vom Prüfling angesagt und ist entsprechend sinnvoll **zweimal** zu kontern
Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.
 - 8 Technikserien, frei wählbar:
Angriff -> Block oder Ausweichen ->
Konter -> 2. Angriffstechnik ->
Kamae -> gegengleiche Ausführung



Kyu-Prüfungsprogramm – Sai

Allgemeine Hinweise zu den Sai-Techniken

[H] = Honte mochi



[G] = Gyakute mochi



[T] = Toku mochi



5. Kyu Sai – gelb

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 16 Jahre
- 6 Monate aktives Sai-Training

2. VORKENNTNISSE

- Entfällt für den 5. Kyu

3. THEORIE

- Etikette, Verhalten im Dojo und dem Sensei/Partner gegenüber
- Erläuterung der historischen Entstehung des Sai
- Benennung von weiteren Kobudo-Waffen
- Bezeichnung der Waffenteile – Sai (japanische Begriffe)

4. KIHON

- Fallen mit Sai in alle vier Richtungen (vorne, hinten, links rechts)
- Rolle vorwärts und rückwärts mit Sai; links und rechts
- Demonstration Griffwechsel von Gyakute mochi zu Honte mochi und Osame; links und rechts

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Honte mochi, Toku mochi oder Schwungschlagtechniken ist die Sai in Gyakute mochi zurückzuführen (Osame). **Jede Technik startet in Gyakute mochi.**

• Uke waza

- *Jodan age kake uke [G] – aufsteigender Hackenblock zur oberen Körperstufe*
- *Otoshi mae uke [G] – absteigender Block nach vorne*
- *Chudan soto uke [G] - Block nach außen zur mittlerer Körperstufe*
- *Gedan barai uke [G] – gefegter Block zur unteren Körperstufe*
- *Gedan barai uke [H] – gefegter Block zur unteren Körperstufe*

• Atemi waza

- *Chudan tsuki [G] – gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
- *Chudan tsuki [H] – gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
- *Jodan morote tsuki [H] – gradliniger beidhändiger Stoß zur oberen Körperstufe*
- *Jodan morote tsuki [G] – gradliniger beidhändiger Stoß zur oberen Körperstufe*
- *Chudan morote yoku tsuki [H] – gradliniger beidhändiger Stoß zur mittleren Körperstufe mit den Gabeln*
- *Jodan yoko mawashi uchi [G] – seitlicher bogenförmiger Schlag zur oberen Körperstufe*

6. KUMITE

Eine Angriffs- und Abwehrwaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

• Yakusoku kumite

Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.

- *Jodan age kake uke [G] -> Chudan tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (aufsteigender Hackenblock zur oberen Körperstufe -> gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
- *Chudan soto uke [G] -> Jodan yoko mawashi uchi [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Block nach außen zur mittleren Körperstufe -> seitlicher bogenförmiger Schlag zur oberen Körperstufe)*
- *Otoshi mae uke [G] -> Chudan morote tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (absteigender Block nach vorne -> gradliniger beidhändiger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
- *Gedan barai uke [G] -> Jodan tsuki [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gefegter Block zur unteren Körperstufe -> gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe)*
- *Gedan barai uke [H] -> Jodan tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gefegter Block zur unteren Körperstufe -> gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe)*



4. Kyu Sai – orange

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 16 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Beschreibung von Sai-Varianten (Bauweise) mit deren japanischen Bezeichnungen
- Benennung von Zielpunkten (Kyusho) am Körper incl. möglicher gesundheitlicher Auswirkungen bei Treffern
- Japanische Begriffe:
Tsuki [Stoß], Furi [Schwungschlag], Uchi [Schlag], Uke [Block], Jodan – Chudan – Gedan [Körperstufen]

4. KIHON

- Begrüßungs-Zeremonie (nicht stilgebunden)

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Honte mochi, Toku mochi oder Schwungschlagtechniken ist die Sai in Gyakute mochi zurückzuführen (Osame). **Jede Technik startet in Gyakute mochi.**

- Uke waza
 - *Chudan uchi uke [G] – Block nach innen zur mittlerer Körperstufe*
 - *Chudan morote yoko uke [H] – beidhändiger seitlicher Block*
 - *Jodan juji uke [H] – Kreuzblock zur oberen Körperstufe*
 - *Gedan juji uke [H] – Kreuzblock zur unteren Körperstufe*
 - *Chudan otoshi uchi furi uke [G->H] – absteigender Schwungblock nach innen zur mittleren Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Jodan age tsuki [G] – aufsteigender gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe*
 - *Chudan ushiro tsuki [G] – rückwärtiger gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
 - *Jodan mae furi [G->H] – Schwungschlag nach vorne zur oberen Körperstufe*
 - *Gedan yoko furi [G->H] – seitlicher Schwungschlag zur unteren Körperstufe*
 - *Jodan yoko furi [G->H] / Yoku kubi tsuki [H] – seitlicher Schwungschlag zur oberen Körperstufe / Gabelstich zum Hals*

6. KUMITE

Eine Angriffs- und Abwehrwaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite
Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.
 - *Chudan uchi uke [G] -> Chudan ushiro tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Block nach innen zur mittleren Körperstufe -> rückwärtiger gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
 - *Jodan juji uke [H] -> Jodan yoko furi [G->H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Kreuzblock zur oberen Körperstufe -> seitlicher Schwungschlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Chudan otoshi uchi furi uke -> Jodan yoko furi [G->H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (absteigender Schwungblock nach innen zur mittleren Körperstufe -> seitlicher Schwungschlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Chudan morote yoko uke [H] -> Chudan yoko tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (beidhändiger seitlicher Block -> rückwärtiger gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
 - *Gedan juji uke [H] -> Jodan mae furi [G->H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Kreuzblock zur unteren Körperstufe -> Schwungschlag nach vorne zur oberen Körperstufe)*



3. Kyu Sai – grün

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 17 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Japanischen Zahlen
ichi [1], ni [2], san [3], shi [4], go [5], roku [6], shichi [7], hachi [8], kyu [9], ju [10]
- Japanische Begriffe:
Mae [vorne/vorwärts], Ushiro, Ura [hinten/rückwärts], Hidari [links], Migi [rechts], Yoko [seitlich], Uchi [innen], Soto [außen], Otoshi [absteigend], Age [aufsteigend], Gyaku [umgekehrt]

4. KIHON

- Demonstration Griffwechsel von Gyakute mochi zu Toku mochi; links und rechts
- Demonstration von 6 verschiedenen Stellungen (Dachi), incl. japanischen Namen, sowie jeweils ein Anwendungsbeispiel zur Stellung (Uke- oder Atemi waza)

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Honte mochi, Toku mochi oder Schwungschlagtechniken ist die Sai in Gyakute mochi zurückzuführen (Osame). **Jede Technik startet in Gyakute mochi.**

- Uke waza
 - *Jodan soto uke [H] – Block nach außen zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan uchi uke [H] – Block nach innen zur oberen Körperstufe*
 - *Chudan uchi kake uke [G] – gehakter Block nach innen zur mittlerer Körperstufe*
 - *Chudan soto kake uke [G] – gehakter Block nach außen zur mittlerer Körperstufe*
 - *Jodan hasami uke [H] – Scherenblock zur oberen Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Otoshi tsuki [G] – absteigender gradliniger Stoß*
 - *Yoko tsuki [G] – seitlicher gradliniger Stoß*
 - *Jodan morote yoko furi [G->H] – seitlicher, beidhändiger Schwungschlag zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan ura mae furi [G->H] – absteigender Rückhand-Schwungschlag nach unten zur oberen Körperstufe*
 - *Chudan ura yoko furi [G->H] – seitlicher Rückhand-Schwungschlag zur mittleren Körperstufe*
 - *Hiza kake [T] – Knie einhaken*
 - *Kubi kake [T] – Genick einhaken*
- Renraku waza
 - *3 freiwählbare Block- / Schlag-Kombinationen á 2 Techniken*
Demonstration der Kombinationstechnik am Partner in Rechtsauslage

6. KUMITE

Eine Angriffswaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite

Die Angriffstechnik wird vom Prüfling angesagt und ist entsprechend sinnvoll **zweimal** (rechts, links) zu kontern
Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.

 - 8 Technikserien, frei wählbar:
Angriff -> Block oder Ausweichen ->
Konter -> 2. Angriffstechnik ->
Kamae -> gegengleiche Ausführung



Kyu-Prüfungsprogramm – Tonfa / Tungwa

Allgemeine Hinweise zu den Tonfa-Techniken

[H] = Honte mochi



[G] = Gyakute mochi



[T] = Toku mochi



5. Kyu Tonfa / Tungwa – gelb

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 13 Jahre
- 6 Monate aktives Tonfa-Training

2. VORKENNTNISSE

- Entfällt für den 5. Kyu

3. THEORIE

- Etikette, Verhalten im Dojo und dem Sensei/Partner gegenüber
- Erläuterung der historischen Entstehung des Tonfa / Tungwa
- Benennung von weiteren Kobudo-Waffen
- Bezeichnung der Waffenteile – Tonfa (japanische Begriffe)

4. KIHON

- Fallen mit Tonfa in alle vier Richtungen (vorne, hinten, links rechts)
- Rolle vorwärts und rückwärts mit Tonfa; links und rechts
- Demonstration Griffwechsel von Gyakute mochi zu Honte mochi und Osame; links und rechts

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Honte mochi, Toku mochi oder Schwungschlagtechniken ist das Tonfa in Gyakute mochi zurückzuführen (Osame). **Jede Technik startet in Gyakute mochi.**

- Uke waza
 - *Jodan age uke [G] – aufsteigender Block zur oberen Körperstufe*
 - *Otoshi mae uke [G] – absteigender Block nach vorne*
 - *Chudan soto uke [G] - Block nach außen zur mittlerer Körperstufe*
 - *Gedan barai uke [G] – gefegter Block zur unteren Körperstufe*
 - *Gedan barai uke [H] – gefegter Block zur unteren Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Chudan tsuki [G] – gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
 - *Chudan tsuki [H] – gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
 - *Jodan morote tsuki [H] – gradliniger beidhändiger Stoß zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan morote tsuki [G] – gradliniger beidhändiger Stoß zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan yoko tetsui uchi [G] – seitlicher Hammerschlag zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan yoko mawashi uchi [G] – seitlicher bogenförmiger Schlag zur oberen Körperstufe*

6. KUMITE

Eine Angriffswaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite

Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.

 - *Jodan age uke [G] -> Chudan tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (aufsteigender Block zur oberen Körperstufe -> gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
 - *Chudan soto uke [G] -> Jodan yoko tetsui uchi [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Block nach außen zur mittlerer Körperstufe -> seitlicher Hammerschlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Otoshi mae uke [G] -> Chudan morote tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (absteigender Block nach vorne -> gradliniger beidhändiger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
 - *Gedan barai uke [G] -> Jodan tsuki [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gefegter Block zur unteren Körperstufe -> gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe)*
 - *Gedan barai uke [H] -> Jodan tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gefegter Block zur unteren Körperstufe -> gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe)*



4. Kyu Tonfa / Tungwa – orange

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 13 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Beschreibung von Tonfa-Varianten (Bauweise) mit deren japanischen Bezeichnungen
- Benennung von Zielpunkten (Kyusho) am Körper incl. möglicher gesundheitlicher Auswirkungen bei Treffern
- Japanische Begriffe:
Tsuki [Stoß], Furi [Schwungschlag], Uchi [Schlag], Uke [Block], Jodan – Chudan – Gedan [Körperstufen]

4. KIHON

- Begrüßungs-Zeremonie vor der Yoi-Stellung (nicht stilgebunden)
- 5x Hachi no furi (Achten kreisen), rechts und links

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Honte mochi, Toku mochi oder Schwungschlagtechniken ist das Tonfa in Gyakute mochi zurückzuführen (Osame). **Jede Technik startet in Gyakute mochi.**

- Uke waza
 - *Chudan uchi uke [G] – Block nach innen zur mittlerer Körperstufe*
 - *Chudan morote yoko uke [G] – beidhändiger seitlicher Block*
 - *Jodan juji uke [H] – Kreuzblock zur oberen Körperstufe*
 - *Gedan juji uke [G] – Kreuzblock zur unteren Körperstufe*
 - *Gedan barai furi uke [G->H] – gefegter Block nach innen als Schwungschlag zur unteren Körperstufe*
 - *Chudan otoshi uchi furi uke [G->H] – absteigender Block nach innen als Schwungschlag zur mittleren Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Otoshi tsuki [G] – absteigender gradliniger Stoß*
 - *Jodan age tsuki [G] – aufsteigender gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe*
 - *Chudan ushiro tsuki [G] – rückwärtiger gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
 - *Jodan mae furi [G->H] – absteigender Schwungschlag nach vorne zur oberen Körperstufe*
 - *Gedan yoko furi [G->H] – seitlicher Schwungschlag zur unteren Körperstufe*
 - *Jodan age mae furi [G->H] – aufsteigender Schwungschlag nach vorne zur oberen Körperstufe*

6. KUMITE

Eine Angriffswaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite

Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.

 - *Chudan uchi uke [G] -> Chudan yoko tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Block nach innen zur mittleren Körperstufe -> seitlicher gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
 - *Jodan juji uke [H] -> Chudan yoko furi [G->H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Kreuzblock zur oberen Körperstufe -> seitlicher Schwungschlag zur mittleren Körperstufe)*
 - *Gedan barai furi uke -> Jodan age tsuki [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gefegter Block nach innen als Schwungschlag zur unteren Körperstufe -> aufsteigender gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe)*
 - *Chudan otoshi uchi furi uke -> Jodan age mae furi [G->H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (absteigender Block nach innen als Schwungschlag zur mittleren Körperstufe ->)*
 - *Chudan morote yoko uke [G] -> Jodan mae furi [G->H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (beidhändiger seitlicher Block -> absteigender Schwungschlag nach vorne zur oberen Körperstufe)*
 - *Gedan juji uke [G] -> Chudan yoko furi [G->H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Kreuzblock zur unteren Körperstufe -> seitlicher Schwungschlag zur mittleren Körperstufe)*



3. Kyu Tonfa / Tungwa – grün

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 14 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Japanischen Zahlen
ichi [1], ni [2], san [3], shi [4], go [5], roku [6], shichi [7], hachi [8], kyu [9], ju [10]
- Japanische Begriffe:
Mae [vorne/vorwärts], Ushiro, Ura [hinten/rückwärts], Hidari [links], Migi [rechts], Yoko [seitlich], Uchi [innen], Soto [außen], Otoshi [absteigend], Age [aufsteigend], Gyaku [umgekehrt]

4. KIHON

- Demonstration Griffwechsel von Gyakute mochi zu Toku mochi; links und rechts
- Demonstration von 6 verschiedenen Stellungen (Dachi), incl. japanischen Namen, sowie jeweils ein Anwendungsbeispiel zur Stellung (Uke- oder Atemi waza)

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Honte mochi, Toku mochi oder Schwungschlagtechniken ist das Tonfa in Gyakute mochi zurückzuführen (Osame). **Jede Technik startet in Gyakute mochi.**

- Uke waza
 - *Jodan kake barai uke [T] – gefegter Hakenblock zur oberen Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Jodan mae tetsui uchi [T] – absteigender Hammerschlag zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan ura mae furi [G->H] – absteigender Rückhand-Schwungschlag nach unten zur oberen Körperstufe*
 - *Chudan ura yoko furi [G->H] – seitlicher Rückhand-Schwungschlag zur mittleren Körperstufe*
 - *Jodan ura age mae furi [G->H] – aufsteigender Rückhand-Schwungschlag nach vorne zur oberen Körperstufe*
- Renraku waza
 - *3 freiwählbare Block- / Schlag-Kombinationen á 2 Techniken*
Demonstration der Kombinationstechnik am Partner in Rechtsauslage

6. KUMITE

Eine Angriffswaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite
Die Angriffstechnik wird vom Prüfling angesagt und ist entsprechend sinnvoll **zweimal** zu kontern
Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.
 - 8 Technikserien, frei wählbar:
Angriff -> Block oder Ausweichen ->
Konter -> 2. Angriffstechnik->
Kamae -> gegengleiche Ausführung



Kyu-Prüfungsprogramm – Kama

Allgemeine Hinweise zu den Kama-Techniken

[H] = Honte mochi



[G] = Gyakute mochi



[T] = Toku mochi



5. Kyu Kama – gelb

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 16 Jahre
- 6 Monate aktives Kama-Training

2. VORKENNTNISSE

- Entfällt für den 5. Kyu

3. THEORIE

- Etikette, Verhalten im Dojo und dem Sensei/Partner gegenüber
- Erläuterung der historischen Entstehung des Kama
- Benennung von weiteren Kobudo-Waffen
- Bezeichnung der Waffenteile – Kama (japanische Begriffe)

4. KIHON

- Fallen mit Kama in alle vier Richtungen (vorne, hinten, links rechts)
- Rolle vorwärts und rückwärts mit Kama; links und rechts

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Gyakute mochi oder Toku mochi ist das Kama in Honte mochi zurückzuführen.

Jede Technik startet in Honte mochi.

• Uke waza

- *Jodan age uke [H]* – aufsteigender Block zur oberen Körperstufe
- *Jodan age kake uke [H]* – gehakter aufsteigender Block zur oberen Körperstufe
- *Chudan uchi uke [H]* – Block nach innen zur mittlerer Körperstufe
- *Chudan soto uke [H]* – Block nach außen zur mittlerer Körperstufe
- *Otoshi mae uke [H]* – absteigender Block nach vorne

• Atemi waza

- *Jodan mae uchi [H]* – absteigender Schlag nach vorne zur oberen Körperstufe
- *Jodan age ura uchi [H]* – aufsteigender Rückhandschlag zur oberen Körperstufe
- *Gedan yoko uchi [H]* – seitlicher Schlag zur unteren Körperstufe
- *Chudan ura yoko uchi [H]* – seitlicher Rückhandschlag zur mittleren Körperstufe
- *Kubi giri [H]* – Genickschnitt
- *Ude otoshi giri [H]* – absteigender Armschnitt

6. KUMITE

Eine Angriffs- und Abwehrwaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

• Yakusoku kumite

Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.

- *Jodan age uke [H]* -> *Kubi giri [H]* -> *Kamae* -> *gegengleiche Ausführung*
(aufsteigender Block zur oberen Körperstufe -> Schnitt am Genick)
- *Jodan age kake uke [H]* -> *Jodan mae uchi [H]* -> *Kamae* -> *gegengleiche Ausführung*
(gehakter aufsteigender Block zur oberen Körperstufe -> absteigender Schlag nach vorne zur oberen Körperstufe)
- *Chudan uchi uke [H]* -> *Chudan ura yoko uchi [H]* -> *Kamae* -> *gegengleiche Ausführung*
(Block nach innen zur mittleren Körperstufe -> seitlicher Rückhandschlag zur mittleren Körperstufe)
- *Chudan soto uke [H]* -> *Ude otoshi giri [H]* -> *Kamae* -> *gegengleiche Ausführung*
(Block nach außen zur mittlerer Körperstufe -> absteigender Schnitt am Arm)
- *Jodan age uke [H]* -> *Gedan yoko uchi [H]* -> *Kamae* -> *gegengleiche Ausführung*
(aufsteigender Block zur oberen Körperstufe -> seitlicher Schlag zur unteren Körperstufe)
- *Jodan soto uke [H]* -> *Jodan age ura uchi [H]* -> *Kamae* -> *gegengleiche Ausführung*
(Block nach außen zur oberen Körperstufe -> aufsteigender Rückhandschlag zur oberen Körperstufe)



4. Kyu Kama – orange

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 16 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Beschreibung von Kama-Varianten (Bauweise) mit deren japanischen Bezeichnungen
- Benennung von Zielpunkten (Kyusho) am Körper incl. möglicher gesundheitlicher Auswirkungen bei Treffern
- Japanische Begriffe:
Tsuki [Stoß], Furi [Schwungschlag], Uchi [Schlag], Uke [Block], Kiri [Schnitt], Jodan – Chudan – Gedan [Körperstufen]

4. KIHON

- Begrüßungs-Zeremonie vor der Yoi-Stellung (nicht stilgebunden)
- Demonstration Griffwechsel von Honte mochi zu Gyakute mochi; links und rechts

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Gyakute oder Toku mochi ist das Kama in Honte mochi zurückzuführen. **Jede Technik startet in Honte mochi.**

- Uke waza
 - *Chudan soto uke [G] – Block nach außen zur mittlerer Körperstufe*
 - *Chudan uchi uke [G] – Block nach innen zur mittlerer Körperstufe*
 - *Chudan uchi kake uke [G] – gehakter Block nach innen zur mittlerer Körperstufe*
 - *Chudan morote yoko uke [H] – beidhändiger seitlicher Block zur mittlerer Körperstufe*
 - *Gedan barai uke [H] – gefegter Block zur unteren Körperstufe*
 - *Gedan barai uke [G] – gefegter Block zur unteren Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Jodan age uchi [G] – aufsteigender Schlag zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan yoko uchi [G] – seitlicher Schlag zur oberen Körperstufe*
 - *Chudan tsuki [T] – gradliniger Stoß zur mittlerer Körperstufe*
 - *Jodan tsuki [G] – gradliniger Stoß zur oberen Körperstufe*
 - *Jodan ura yoko uchi [G] – seitlicher Rückhandschlag zur oberen Körperstufe*
 - *Morote hiza giri [H] – beidhändiger Knieschnitt (Kniekehle)*

6. KUMITE

Eine Angriffs- und Abwehrwaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite
Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.
 - *Chudan soto uke [G] -> Jodan yoko uchi [G] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Block nach außen zur mittlerer Körperstufe -> seitlicher Schlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Chudan uchi kake uke [G] -> Chudan tsuki [T] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gehakter Block nach innen zur mittleren Körperstufe -> gradliniger Stoß zur mittleren Körperstufe)*
 - *Chudan morote yoko uke [H] -> Chudan ura yoko uchi [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (beidhändiger seitlicher Block zur mittleren Körperstufe -> seitlicher Rückhandschlag zur mittleren Körperstufe)*
 - *Gedan barai uke [H] -> Gedan yoko uchi [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gefegter Block zur unteren Körperstufe -> seitlicher Schlag zur unteren Körperstufe)*
 - *Gedan barai uke [G] -> Jodan age uchi [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (gefegter Block zur unteren Körperstufe -> aufsteigender Schlag zur oberen Körperstufe)*
 - *Chudan uchi uke [G] -> Hiza giri [H] -> Kamae -> gegengleiche Ausführung (Block nach innen zur mittleren Körperstufe -> Schnitt am Knie)*



3. Kyu Kama – grün

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: 17 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Japanischen Zahlen
ichi [1], ni [2], san [3], shi [4], go [5], roku [6], shichi [7], hachi [8], kyū [9], ju [10]
- Japanische Begriffe:
Mae [vorne/vorwärts], Ushiro, Ura [hinten/rückwärts], Hidari [links], Migi [rechts], Yoko [seitlich], Uchi [innen], Soto [außen], Otoshi [absteigend], Age [aufsteigend], Gyaku [umgekehrt]

4. KIHON

- Demonstration von 6 verschiedenen Stellungen (Dachi), incl. japanischen Namen, sowie jeweils ein Anwendungsbeispiel zur Stellung (Uke- oder Atemi waza)

5. HOJO UNDO

Nach Ausführungen von Techniken in Gyakute oder Toku mochi ist das Kama in Honte mochi zurückzuführen. **Jede Technik startet in Honte mochi.**

- Uke waza
 - *Chudan morote yoko uke [G] – beidhändiger seitlicher Block zur mittleren Körperstufe*
 - *Gyaku gedan barai uke [H] – umgekehrter gefegter Block zur unteren Körperstufe*
 - *Gyaku gedan barai kake uke [H] – umgekehrter gefegter, gehakter Block zur unteren Körperstufe*
 - *Jodan juji uke [H] – Kreuzblock zur oberen Körperstufe*
 - *Gedan juji uke [H] – Kreuzblock zur unteren Körperstufe*
- Atemi waza
 - *Jodan yoko mawashi uchi [G] – seitlicher bogenförmiger Schlag zur oberen Körperstufe*
 - *Ashi giri [H] – Schnitt am Fuß (Achillessehne)*
- Renraku waza
 - *3 freiwählbare Block- / Schlag-Kombinationen á 2 Techniken*
Demonstration der Kombinationstechnik am Partner in Rechtsauslage

6. KUMITE

Eine Angriffswaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar.

- Yakusoku kumite
Die Angriffstechnik wird vom Prüfling angesagt und ist entsprechend sinnvoll **zweimal** zu kontern
Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.
 - 8 Technikserien, frei wählbar:
Angriff -> Block oder Ausweichen ->
Konter -> 2. Angriffstechnik ->
Kamae -> gegengleiche Ausführung



Kyu-Prüfungsprogramm - alle Einzelwaffen

2. Kyu – blau (alle Einzelwaffen)

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: Bo, Tonfa 14 Jahre; Sai, Kama 17 Jahre
- Vorbereitungszeit: 6 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Entstehung des Kobudo auf Okinawa (mündlich)
- Grundkenntnisse Waffengesetz (WaffG) (mündlich)

5. HOJO UNDO

- Renraku waza
 - 5 freiwählbare Block- / Schlag-Kombinationen á 3 Techniken.
Demonstration der Kombinationstechnik am Partner in Rechtsauslage

6. KUMITE

Eine Angriffswaffe aus dem Kobudobereich incl. Bokken ist vom Prüfling frei wählbar

- Yakusoku kumite
Die Angriffstechnik wird vom Prüfling angesagt und ist entsprechend sinnvoll **zweimal** (rechts, links) zu kontern
Die Auslagen (rechts/links) für die Kombinationstechniken ist sinnvoll zu wählen.
 - 12 Technikserien - frei wählbar:
Angriff -> Block oder Ausweichen ->
Konter -> 2. Angriffstechnik ->
Kamae -> gegengleiche Ausführung
- Jiyu ippon kumite
Die Angriffstechniken werden nicht angesagt und sind entsprechend sinnvoll abzuwehren und **einmal** zu kontern
 - 5 Angriffe - frei wählbar:
Angriff -> Block oder Ausweichen ->
Konter -> Kamae

1. Kyu – braun (alle Einzelwaffen)

1. VORAUSSETZUNGEN

- Mindestalter: Bo, Tonfa 16 Jahre; Sai, Kama 18 Jahre
- Vorbereitungszeit: 9 Monate

2. VORKENNTNISSE

- Die vorangegangenen Prüfungsinhalte der Kyu-Grade können stichpunktartig überprüft werden

3. THEORIE

- Erläuterungen zu verschiedenen Kobudostilen / -schulen (Ryu) bzw. zu den traditionellen okinawesischen Kobudo-Meistern

5. HOJO UNDO

- Renraku waza
 - 5 freiwählbare Block- / Schlag-Kombinationen á 4 Techniken
Demonstration der Kombinationstechnik am Partner in Rechtsauslage

6. KUMITE

- Jiyu ippon kumite
Zwei Angriffswaffen aus dem Kobudobereich incl. Bokken sind vom Prüfling frei wählbar
Die Angriffstechniken werden nicht angesagt und sind entsprechend sinnvoll abzuwehren und **zweimal** zu kontern
 - 20 Angriffe; je Waffe 10 - frei wählbar:
Angriff -> Block oder Ausweichen
Konter -> 2. Angriffstechnik ->
Kamae

7. KATA



Anhang

- Liste der definierten Techniken
- Kataliste



Liste der definierten Techniken

Jede Technikserie der Hojo undo wird 6x demonstriert, 3x in Vorwärtsrichtung und 3x in Rückwärtsrichtung; im Wechsel als rechte und linke Technik. Jede Technikserie der Hojo undo startet und schließt in einer beliebigen Grundstellung (Kamae) ab. Die nächste Serie startet aus der Grundstellung. Eine geeignete Standtechnik (Dachi waza) ist zu wählen.

Bo / Kon

HOJO UNDO (3x vorwärts, 3x rückwärts)

Blocktechniken (Uke waza)

☞	Jodan age uke	aufsteigender Block
☞	Otoshi mae uke	absteigender Block vorne
☞	Jodan naname uke	diagonal absteigender Block
☞	Gedan barai uke	gefegter Block
☞	Gedan sukui uke	Schaufelblock
☞	Gedan osae uke	Pressblock
☞	Gedan yoko uke	seitlicher Block
☞	Gyaku yoko uke [G]	umgekehrter seitlicher Block
☞	Gedan hane uke	Abprallblock
☞	Chudan kake uke	gehakter Block

Schlag-/Stoßtechniken (Atemi waza)

☞	Jodan mae uchi	absteigender Schlag
☞	Jodan naname uchi	diagonal absteigender Schlag
☞	Chudan tsuki	gradliniger Stoß
☞	Jodan hira mae tsuki	waagerechter Stoß
☞	Chudan yoko uchi	horizontaler seitlicher Schlag
☞	Gedan yoko uchi	seitlicher Schlag
☞	Chudan ushiro tsuki	rückwärtiger gradliniger Stoß
☞	Jodan age uchi [G]	aufsteigender Schlag
☞	Suna kake	Sand schleudern
☞	Jodan nuki	gleitender gradliniger Stoß
☞	Gedan nuki	gleitender gradliniger Stoß
☞	Chudan nuki	gleitender gradliniger Stoß
☞	Jodan nagashi naname uchi	diagonal absteigender Schlag
☞	Gyaku jodan age uchi [G]	umgek. aufsteigender Schlag
☞	Gyaku jodan mae uchi [G]	umgek. absteigender Schlag
☞	Gyaku chudan yoko uchi [G]	umgek. horiz. seidl. Schlag

YAKUSOKU KUMITE (Rechtsauslage -> Kamae -> Linksauslage)

Abwehr	Konter	Abwehr	Konter
☞ Jodan age uke	Jodan naname uchi	☞ Gedan osae uke	Chudan yoko uchi
☞ Otoshi mae uke	Jodan hira mae tsuki	☞ Gedan yoko otoshi uke	Jodan naname uchi
☞ Jodan naname uke	Chudan tsuki	☞ Gedan hane uke	Gedan nuki
☞ Gedan barai uke	Jodan mae uchi	☞ Gyaku chudan yoko uke [G]	Jodan age uchi [G]
☞ Gedan sukui uke	Jodan naname uchi	☞ Chudan kake uke	Chudan nuki

Sai

HOJO UNDO (3x vorwärts, 3x rückwärts)

Blocktechniken (Uke waza)

☞	Jodan age kake uke [G]	aufsteigender Hackenblock
☞	Otoshi mae uke [G]	absteigender Block vorne
☞	Chudan soto uke [G]	Block nach außen
☞	Gedan barai uke [G]	gefegter Block
☞	Gedan barai uke	gefegter Block
☞	Chudan uchi uke [G]	Block nach innen
☞	Chu. morote yoko uke	Beidh. seitlicher Block
☞	Jodan juji uke	Kreuzblock
☞	Gedan juji uke	Kreuzblock
☞	Otoshi uchi furi uke	abst. Schwungblock innen
☞	Jodan soto uke	Block nach außen
☞	Jodan uchi uke	Block nach innen
☞	Chu. uchi kake uke [G]	gehakter Block nach innen
☞	Chu. soto kake uke [G]	gehakter Block nach außen
☞	Jodan hasami uke	Scherenblock

Schlag-/Stoßtechniken (Atemi waza)

☞	Chudan tsuki [G]	Stoß
☞	Chudan tsuki	Stoß
☞	Jodan morote tsuki	beidhändiger Stoß
☞	Jodan morote tsuki [G]	beidhändiger Stoß
☞	Chudan morote yoku tsuki	beidhändiger Stoß; Gabeln
☞	Jodan yoko mawashi uchi [G]	seidl. bogenförmiger Schlag
☞	Jodan age tsuki [G]	aufsteigender Stoß
☞	Chudan ushiro tsuki [G]	rückwärtiger Stoß
☞	Jodan mae furi	Schwungschlag nach vorne
☞	Gedan yoko furi	seitlicher Schwungschlag
☞	Jodan yoko furi/Yoku tsuki	seidl. Schw.-Schlag/Gabelstich
☞	Otoshi tsuki [G]	absteigender Stoß
☞	Yoko tsuki [G]	seitlicher Stoß
☞	Jodan morote yoko furi	seidl., beidh. Schwungschlag
☞	Jodan ura mae furi	abst. Rh.-Schwungschlag
☞	Chudan ura yoko furi	seidl. Rh.-Schwungschlag
☞	Hiza kake [T]	Knie einhaken
☞	Kubi kake [T]	Genick einhaken

YAKUSOKU KUMITE (Rechtsauslage -> Kamae -> Linksauslage)

Abwehr	Konter	Abwehr	Konter
☞ Jodan age kake uke [G]	Chudan tsuki [G]	☞ Chudan uchi uke [G]	Chudan ushiro tsuki [G]
☞ Chudan soto uke [G]	Jo. yoko mawashi uchi [G]	☞ Jodan juji uke	Jodan yoko furi
☞ Otoshi mae uke [G]	Chudan morote tsuki [G]	☞ Chudan otoshi uchi furi uke	Jodan yoko furi
☞ Gedan barai uke [G]	Jodan tsuki	☞ Chudan morote yoko uke	Chudan yoko tsuki [G]
☞ Gedan barai uke	Jodan tsuki [G]	☞ Gedan juji uke	Jodan mae furi



Tonfa / Tungwa

HOJO UNDO (3x vorwärts, 3x rückwärts)

Blocktechniken (Uke waza)

🏹	Jodan age uke [G]	aufsteigender Block
🏹	Otoshi mae uke [G]	absteigender Block vorne
🏹	Chudan soto uke [G]	Block nach außen
🏹	Gedan barai uke [G]	gefegter Block
🏹	Gedan barai uke	gefegter Block
🏹	Chudan uchi uke [G]	Block nach innen
🏹	Morote yoko uke [G]	beidhändiger seitlicher Block
🏹	Jodan juji uke	Kreuzblock
🏹	Gedan juji uke [G]	Kreuzblock
🏹	Gedan barai furi uke	gefegter Schwungblock
🏹	Otoshi uchi furi uke	abst. Schwungblock innen
🏹	Jodan kake barai uke [T]	gefegter Hakenblock

Schlag-/Stoßtechniken (Atemi waza)

🏹	Chudan tsuki [G]	gradliniger Stoß
🏹	Chudan tsuki	gradliniger Stoß
🏹	Jodan morote tsuki	beidhändiger Stoß
🏹	Jodan morote tsuki [G]	beidhändiger Hammerschlag
🏹	Jodan yoko tetsui uchi [G]	seitlicher Hammerschlag
🏹	Jo. yoko mawashi uchi [G]	seitlicher Bogenschlag
🏹	Otoshi tsuki [G]	absteigender Stoß
🏹	Jodan age tsuki [G]	aufsteigender Stoß
🏹	Chudan ushiro tsuki [G]	rückwärtiger Stoß
🏹	Jodan mae furi	abst. Schwungschlag vorne
🏹	Gedan yoko furi	seitlicher Schwungschlag
🏹	Jodan age mae furi	aufst. Schwungschlag vorne
🏹	Jodan mae tetsui uchi [T]	absteigender Hammerschlag
🏹	Jodan ura mae furi	abst. Rh.-Schlag nach unten
🏹	Chudan ura yoko furi	seitlicher Rh.-Schlag
🏹	Jodan ura age mae furi	aufst. Rh.-Schlag nach vorne

YAKUSOKU KUMITE (Rechtsauslage -> Kamae -> Linksauslage)

<u>Abwehr</u>		<u>Konter</u>	
🏹	Jodan age uke [G]	Chudan tsuki [G]	
🏹	Chudan soto uke [G]	Jodan yoko tetsui uchi [G]	
🏹	Otoshi mae uke [G]	Chudan morote tsuki [G]	
🏹	Gedan barai uke [G]	Jodan tsuki	
🏹	Gedan barai uke	Jodan tsuki [G]	

<u>Abwehr</u>		<u>Konter</u>	
🏹	Chudan uchi uke [G]	Chudan yoko tsuki [G]	
🏹	Jodan juji uke	Chudan yoko furi	
🏹	Gedan barai furi uke	Jodan age tsuki [G]	
🏹	Chu. otoshi uchi furi uke	Jodan age mae furi	
🏹	Chu. morote yoko uke [G]	Jodan mae furi	
🏹	Gedan juji uke [G]	Chudan yoko furi	

Kama

HOJO UNDO (3x vorwärts, 3x rückwärts)

Blocktechniken (Uke waza)

🏹	Jodan age uke	aufsteigender Block
🏹	Jodan age kake uke	gehakter aufst. Block
🏹	Chudan uchi uke	Block nach innen
🏹	Chudan soto uke	Block nach außen
🏹	Otoshi mae uke	absteigender Block vorne
🏹	Chudan soto uke [G]	Block nach außen
🏹	Chudan uchi uke [G]	Block nach innen
🏹	Chudan uchi kake uke [G]	gehakter Block innen
🏹	Chudan morote yoko uke	beidhändiger seitl. Block
🏹	Gedan barai uke	gefegter Block
🏹	Gedan barai uke [G]	gefegter Block
🏹	Chudan morote yoko uke [G]	beidhändiger seitl. Block
🏹	Gyaku gedan barai uke	umgek. gefegter Block
🏹	Gyaku gedan barai kake uke	umgek. gehak. Fegeblock
🏹	Jodan juji uke	Kreuzblock
🏹	Gedan juji uke	Kreuzblock

Schlag-/Stoßtechniken (Atemi waza)

🏹	Jodan mae uchi	abst. Schlag nach vorne
🏹	Jodan age ura uchi	aufst. Rückhandschlag
🏹	Gedan yoko uchi	seitlicher Schlag
🏹	Chudan ura yoko uchi	seitl. Rückhandschlag
🏹	Kubi giri	Genickschnitt
🏹	Ude otoshi giri	absteigender Armschnitt
🏹	Jodan age uchi [G]	aufsteigender Schlag
🏹	Jodan yoko uchi [G]	seitlicher Schlag
🏹	Chudan tsuki [T]	Stoß
🏹	Jodan tsuki [G]	Stoß
🏹	Jodan ura yoko uchi [G]	seitl. Rückhandschlag
🏹	Morote hiza giri	beidhänd. Knieschnitt
🏹	Jo. yoko mawashi uchi [G]	seitl. bogenf. Schlag
🏹	Ashi giri	Achillessehnnenschnitt

YAKUSOKU KUMITE (Rechtsauslage -> Kamae -> Linksauslage)

<u>Abwehr</u>		<u>Konter</u>	
🏹	Jodan age uke	Kubi giri	
🏹	Jodan age kake uke	Jodan mae uchi	
🏹	Chudan uchi uke	Chudan ura yoko uchi	
🏹	Chudan soto uke	Ude otoshi giri	
🏹	Jodan age uke	Gedan yoko uchi	
🏹	Jodan soto uke	Jodan age ura uchi	

<u>Abwehr</u>		<u>Konter</u>	
🏹	Chudan soto uke [G]	Jodan yoko uchi [G]	
🏹	Chudan uchi kake uke [G]	Chudan tsuki [T]	
🏹	Chudan morote yoko uke	Chudan ura yoko uchi	
🏹	Gedan barai uke	Gedan yoko uchi	
🏹	Gedan barai uke [G]	Jodan age uchi	
🏹	Chudan uchi uke [G]	Hiza giri	



Kataliste

Die Liste dient nur als Vorschlag und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Bo / Kon

- Akahachi no gaykubo
- Aragaki no Kon
- Chatanyara no Kon
- Chibana no Kon
- Chinen Shitahaku no kon
- Ginowan no Kon
- Shirotaru no kon
- Cho un no kon
- Hasso no Kon
- Kongo no Kon
- Kubo no kon
- Kaiten Bo
- Karten no Kon
- Katin no Kon
- Kenshin ryu Bo
- Kobo no Kon
- Kyushaku no Kon
- Matsu Higa no Kon
- Matsumura no Kon
- Miyazato no Kon
- Nakazato Bo
- Oshiro no Kon
- Renshuho Bo
- Rufa no Kon
- Ryubi no Kon
- Sakugawa no Kon
- Sesoku no Kon
- Shakaken no Bo
- Shimajira no Kon
- Shiro no Kon
- Shishi no Kon
- Shushi no Kon
- Shoun no Kon
- Shukimine no Kon
- Shuji no Kon
- Soeishi no Kon
- Soken no Kon
- Sueyoshi no Kon
- Suezoku no Kon
- Teruya no Kon
- Tokumine no Kon
- Toyama no Kon
- Tsuken no kon
- Urashi no Kon
- Urasue no Kon

Sai

- Aragaki no Sai
- Chatanyara no Sai
- Chihara no Sai
- Chikin Shitahaku no Sai
- Hakuta (gawa) no Sai
- Hamahiga no Sai
- Ishikawa no Sai
- Jigen no Sai
- Kishaba no Sai
- Kogusoku no Sai
- Kojo (kagi) no Sai
- Kourugawa no Sai
- Kuniyoshi no Sai
- Kyan no Sai
- Ufuchiku no Sai
- Ushi Sai
- Yaka no Sai
- Matsu Higa no Sai
- Matsumura no Sai
- Nakazato no Sai
- Ni cho Sai (Matayoshi)
- Ryueiryu no Sai
- Tawada no Sai
- Sakugawa no Sai
- Sancho Sai
- Shihohai no Sai
- Shinbaru no Sai
- Soken no Sai
- Tokuyama no Sai
- Tsuken
- Tsuken Shitahaku no Sai

Tonfa / Tungwa

- Hamahiga no Tonfa
- Matayoshi no Tonfa
- Matsu Higa no Tonfa
- Renshin no Tonfa
- Soken no Tonfa
- Ufuchiku no tonfa
- Yaraguwa (Chatanyara) no Tonfa
- Jushi no Tonfa

Kama

- Hama higa no Kama
- Kama no te
- Kanegawa nicho gama
- Matayoshi no Kama
- Kobu nicho gama
- Tozan no Kama
- Toyama nicho gama