

TRADITIONELLES KARATE

Prüfungsordnung
und
Prüfungsprogramm

Deutscher Traditioneller Karateverband e.V.

DTKV-Prüfungsprogramm

DEUTSCHER TRADITIONELLER KARATE VERBAND E.V.

Prüfungsordnung Ausgabe 2001

Definition des traditionellen Karate:

Traditionelles Karate, als ursprüngliches Karate, wurde in Japan als sogenannte Kriegskunst entwickelt. Technisch gesehen basiert das traditionelle Karate auf dem Prinzip des „finishing blow“ (jap. *Todome* , kampfbeendender Schlag). Der „finishing blow“ wird als eine Technik erklärt, welche ausreicht, einen angreifenden Gegner zu vernichten. Dabei wird diese Technik auf das Zielgebiet konzentriert, wobei mit maximaler geistiger und körperlicher Kraft geschlagen oder getreten wird. In einem traditionellen Karate-Wettkampf basiert alles auf der Kunst der Selbstverteidigung. Für die Erlangung einer Wertung wird nur eine „finishing blow“-Technik anerkannt. Die traditionellen Karate-Wettkämpfe gelten als Ein-Punkte-Kämpfe, da der „finishing blow“ keine zweite Chance erlaubt.

Deutscher Traditioneller Karate Verband e.V.

Geschäftsstelle:
Ludwig-Mitterer-Straße 5 a
84347 Pfarrkirchen

Tel.: 08561 / 71410 Fax: 08561 / 71411
e-mail: DTKVeV@t-online.de
Internetadresse für DTKV-homepage: www.dtkv.de

DTKV-Prüfungsprogramm

A) PRÜFUNGSBERECHTIGUNG UND PRÜFUNGSANERKENNUNG

1. PRÜFUNGSBERECHTIGUNG

- 1.1. Die Gürtelprüfungen sind ausschließlich nach der aktuellen Prüfungsordnung des DTKV durchzuführen.

2. PRÜFUNGSVORBEREITUNG

- 2.1. Jedes DTKV-Mitglied kann sich grundsätzlich zu einer Prüfung anmelden.
- 2.2. Die Erfüllung der technischen Anforderungen sind Voraussetzungen, welche vor der Prüfung vom Trainer überprüft werden sollten.
- 2.3. Die Prüfungsanmeldung ist nur unter Einhaltung der Mindestvorbereitungszeit (siehe Punkt 4) zulässig. Weitere Aktivitäten, wie Besuch von verschiedenen Lehrgängen – auch zwischen den Prüfungen – sollten als Prüfungsvoraussetzungen angestrebt werden.
- 2.4. Zur Prüfung ist ein sauberes, weißes Karate-Gi zu tragen.
- 2.5. Die Zulassung zur Prüfung ist von einem gültigen DTKV-Ausweis mit der aktuellen Jahressichtmarke abhängig.
- 2.6. Mit der Eintragung in die Prüfungsliste ist die jeweilige Prüfungsgebühr zu entrichten.
- 2.7. Nicht bestandene KYU-Prüfungen können frühestens nach einer weiteren Vorbereitungszeit von mindestens zwei Monaten wiederholt werden. Nicht bestandene DAN-Prüfungen können frühestens nach 6 Monaten wiederholt werden. Es besteht jedoch die Möglichkeit für den Prüfer, auch längere Vorbereitungszeiten über den Kandidaten zu verhängen.

DTKV-Prüfungsprogramm

2.8. Übernahme von Gürtelgraden

- 2.8.1. Erworbene Kyu-Grade aus anerkannten Karate-Verbänden werden nach Eintritt in den DTKV ohne Sichtung übernommen.
- 2.8.2. Erworbene DAN-Grade aus anerkannten Karate-Verbänden können nach vorheriger Sichtung übernommen werden.
- 2.8.3. KYU- oder DAN-Grad-Prüfungen, welche in einem anderen Land abgelegt wurden, werden nur anerkannt, wenn diese von einem ITKF- oder ETKF-Verbandstrainer abgehalten wurden.
Andernfalls muß die Befähigung durch im DTKV prüfungsberechtigte Personen bestätigt werden.

3. BEWERTUNGSGRUNDLAGEN

Eine einseitige Spezialisierung widerspricht dem Karate-Prinzip und ist daher nicht wünschenswert. Darum muß der Prüfling in jeder Disziplin eine ausreichende Leistung erbringen. Hervorragende Leistung in Kihon und Kumite, ungenügende Leistungen dafür in der Kata reichen daher nicht aus, die Prüfung zu bestehen.

Damit sich der Prüfungskandidat besser auf die Prüfungsanforderungen einstellen kann und somit die Basis für eine erfolgreiche Prüfung schaffen kann, sind anschließend die wichtigsten Bewertungsgrundlagen aufgeführt.

Ein erfahrener Trainer sollte diese Kriterien vor einer geplanten Gürtelprüfung überprüfen, um ein positives Ergebnis für den Prüfling zu gewährleisten.

DTKV-Prüfungsprogramm

Bewertungsgrundlagen 9. – 7. Kyu

Kihon: Aufrechte Körperposition. Die komplette Fußfläche beider Füße sollen am Anfang und am Ende jeder Bewegung vollständig Bodenkontakt halten. Zurückziehen der Gegenfaust bis zur Hüfte. Erkennbarer Hüfteinsatz bei allen Abwehrtechniken. Schnelles Hochreißen der Knie bei den Fußtechniken und **aktiver** Abdruck beim Start **jeder** Technik.

Kumite: Beim Gohon-Kumite Augenkontakt mit dem Partner halten. Jede Technik vollständig (Schritt und Technik) abschließen. Keine Hektik zwischen den Angriffen. Abwehr und Gegenangriff sollten unmittelbar nacheinander ausgeführt werden. Die letzte Technik muß mit Kiai ausgeführt werden.

Kata: Der Ablauf der Kata muß vollständig und ohne unnötige Pausen vorgeführt werden. Jede Technik soll mit aller Kraft und Dynamik ausgeführt werden, um einen angreifenden Gegner im Ernstfall wirksam bekämpfen zu können. Jede ausgeführte Technik sollte in der Anwendung gegen einen Angreifer verstanden werden.

Beachte: Die Kata beginnt und endet mit dem Gruß **(Rei)**, der langsam und ehrenvoll ausgeführt wird.

Bewertungsgrundlagen 6. – 4. Kyu

Kihon: Atmung aus dem Unterbauch. Verstärkter Abdruck vom Boden beim Start jeder Technik. Hoch-Tief-Bewegungen vermeiden. Tiefer Schwerpunkt bei allen Stellungswechseln. Am Ende einer jeden Fausttechnik verstärkte Unterarmrotation. Bei Fußtechniken **aktives** Zurückschnappen des Fußes. Ganzkörperspannung am Ende jeder Technik. Gleichgewichtskontrolle.

DTKV-Prüfungsprogramm

- Kumite: Kihon-Ippon-Kumite: Korrekte Distanz des Angreifers (**Maai**). Nach jeder Technik gehen beide Partner wieder zurück in die Ausgangsposition (Shizentai). Dies geschieht langsam und konzentriert unter Einbehaltung von **Zanshin** (Aufmerksamkeit). Jeder Angriff wird vorher laut und deutlich angesagt und mit **Kiai** ausgeführt.
Die entsprechende Abwehr muß in einer tiefen, korrekten Position sicher und wirksam ausgeführt werden. Der Gegenangriff muß mit voller geistiger und körperlicher Kraft und Dynamik, sowie mit **Kiai** ausgeführt werden.
- Kata: Jede Kata muß selbstbewußt und technisch korrekt vorgeführt werden.
Langsame Techniken unterliegen einer Zeitspanne von ca. 5 Sekunden und sind wichtige, bzw. besonders charakteristische Merkmale einer Kata. Bei der darauffolgenden Technik muß besonders darauf geachtet werden, daß die darauffolgende Technik sehr dynamisch ausgeführt wird.
Beachte: Die Kata beginnt und endet mit dem Gruß (**Rei**), der langsam und ehrenvoll ausgeführt wird.

Bewertungsgrundlagen 3. – 1. Kyu

- Kihon: Geschwindigkeit: Vom Abdruck der Ferse bis zur Endphase jeder Technik muß eine ansteigende Beschleunigung erfolgen. Im Moment des Auftreffens ist die Geschwindigkeit der Faust oder des Fußes am höchsten. Im Augenblick des Schlages sollte die Kraft im Unterbauch konzentriert werden.
Kräftiger Hüfteinsatz (Rotation) beim Wechsel von Block- zur Kontertechnik. Pendelbewegung bei den Fußtechniken.
- Kumite: Jiyu-Ippon-Kumite: Richtige Distanz (**Maai**) von ca. 3 Meter Abstand bei Beginn jedes Angriffs einhalten.

DTKV-Prüfungsprogramm

- Aufrechterhaltung von **Zanshin** während des gesamten Kumite. Der Block und die Kontertechnik müssen in einem Atemzug ausgeführt werden, d.h. wenn der Block abgeschlossen ist, startet gleichzeitig der Gegenangriff. Optimaler Zielabstand und Kontrolle. Vorbildliche sportliche Einstellung.
- Kata: In jeder Kata muß der Rhythmus eingehalten werden und der Kampfgeist bis zum Ende aufrechterhalten werden. Jede Technik der Kata soll in der Anwendung verstanden werden. Wendungen und Richtungswechsel ohne Hoch-Tief-Bewegung ausführen. Die Augen und somit die gesamte Konzentration sind während der Ausführung direkt in die Zielrichtung gerichtet.
Beachte: Die Kata beginnt und endet mit dem Gruß (**Rei**), der langsam und ehrenvoll ausgeführt wird.

DTKV-Prüfungsprogramm

4. ZEITKRITERIEN FÜR DAS ERWERBEN EINES NEUEN GÜRTELGRADES

4.1 Kyu-Graduierungen

Gürtelgrad	Bezeichnung	Zeitkriterium *
9. Kyu	Weißgurt (Erwachsene)	2 Monate
9. Kyu	Weiß-Gelb (Kinder bis 13 J.)	2 Monate
8. Kyu	Gelbgurt	3 Monate
7. Kyu	Orangegurt	3 Monate
6. Kyu	Grüngurt	3 Monate
5. Kyu	1. Violettgurt	4 Monate
4. Kyu	2. Violettgurt	4 Monate
3. Kyu	1. Braungurt	6 Monate
2. Kyu	2. Braungurt	6 Monate
1. Kyu	3. Braungurt	6 Monate

* Zeitkriterium: Erforderliche minimale aktive Vorbereitungszeit zwischen zwei Gürtelgraden.

4.2. DAN-Graduierungen

Mindestalter: Mit **14 Jahren** kann die Junior-DAN-Prüfung absolviert werden. Diese Prüfung entspricht nicht der richtigen DAN-Prüfung. Dem Prüfling wird nach bestehen der Junior- DAN-Prüfung die DTKV-DAN-URKUNDE ausgestellt.

Die offizielle Anerkennung der DAN-Prüfung mit Ausstellung eines DAN-DIPLOMS durch den DTKV kann mit Vollendung des 16. Lebensjahres erfolgen. Voraussetzung: Nachweis bzw. Bestätigung über die Aufrechterhaltung des aktiven Trainingszeitraums zwischen der Junior-DAN-Prüfung bis zur Vollendung des 16. Lebensjahres.

DTKV-Prüfungsprogramm

Ab 16 Jahren können DAN-Prüfungen auch bei internationalen Trainern abgelegt werden.

1. DAN	Vorbereitungszeit ab 1. KYU	1 Jahr
2. DAN	Vorbereitungszeit ab 1. DAN	2 Jahre
3. DAN	Vorbereitungszeit ab 2. DAN	3 Jahre
4. DAN	Vorbereitungszeit ab 3. DAN	4 Jahre
5. DAN	Vorbereitungszeit ab 4. DAN	5 Jahre
6. DAN	Vorbereitungszeit ab 5. DAN	6 Jahre

5. VORBEMERKUNGEN ZUM PRÜFUNGSPROGRAMM

- 5.1. Jede Technik oder Kombination im Kihon ist exakt fünfmal (5 x) auszuführen, sofern es nicht anders vermerkt oder vom Prüfer angesagt ist. Die letzte Technik muß immer mit Kiai ausgeführt werden.
- 5.2. Standübungen sind in der Regel je Seite einmal auszuführen.
- 5.3. Die erste Haltung nach Shizentai am Beginn der Prüfung ist immer Gedan-Barai-No-Kamae.
- 5.4. Shuto-Uke-Kombinationen sollten aus Shuto-Uke-No-Kamae begonnen werden (Kk).
- 5.5. Wendungen (Wdg.) erfolgen allgemein mit Gedan-Barai, bei Fußtechniken (9. + 8. Kyu) mit Morote-Gedan-Barai (Arme seitlich).
- 5.6. Die Kata ist nach dem Kommando „Hajime“ selbständig bis zum Schluß vorzuführen. Dies schließt sowohl „Yame“ (Beenden) und „Rei“ (Gruß) mit ein.