

## 4. Dan (Schwarzer Gürtel)

### Kihon

1. - 4. Kombinationen nach Ansage des Prüflings (siehe Kommentar/Anwendung unten)
5. - 8. nach Wahl und Ansage der Prüfer

### **Kommentar zu Kihon 1.-4.**

Dem Prüfling soll die Gelegenheit gegeben werden, Techniken selbst zu wählen, die seine **Stärken** durch das Grundschulprogramm für den 4. Dan zeigen.

### Kata

**Tokui Kata** frei, nicht eine bisher gezeigte Kata

**1 Shitei Kata** aus Unsu, Gojushiho Dai, Meikyo, Chinte, Jiin, Gankaku

### Anwendung

Es sind vier Verteidigungs-Anwendungen mit Partner aus dem eigenen Kihon-Programm zu zeigen, ebenso vier Bunkai-Anwendungen aus der gewählten Tokui Kata.

### Kumite

#### **Jiyu-Ippon-Kumite**

nach Wahl und Ansage der Prüfer

#### **Jiyu-Kumite**