



WORLD OSHUKAI FEDERATION

OKINAWA KARATE DO SHORIN RYU

五
修
会

Name : Adresse :
Vorname : Alter :
Graduierung : seit : Stadt :
Club : PLZ : Land :
Lehrer : Geburtsdatum :

Genehmigung des Lehrers

Datum :

Unterschrift :

Bushi - Prüfung KARATE (weiß + gelber Streifen) 5 Monate im Training

PROGRAMM	TECHNIK	STAND	Schnelligkeit	KIME	GESAMT	BEMERKUNGEN
Im Stand Chudan Tsuki, Jodan Tsuki, (Shiko Dachi) ChudanSoto Uke (Heisoku Dachi) Zenkutsu Dachi					/20	
10 Liegestütz / 25 Kniebeugen / 30 sek Beinhalten / 40 sek Plank					/20	
Kihon Waza Moto Dachi					/20	
Theorie Onigai Shimas und Arigato Gozai Mashta					/ 4	
Unterschrift des Prüfers Ort : <u>Gesamt</u>					/64	<u>Bewertung</u> 5 – Sehr Gut 4 – Gut 3 – Befriedigend 2 – Mangelhaft 1 – Ungenügend Zum Bestehen der Prüfung sind 38 Punkte notwendig.
Datum : <u>Ergebnis</u>						



WORLD OSHUKAI FEDERATION

OKINAWA KARATE DO SHORIN RYU

五
修
会

Name : Adresse :
Vorname : Alter :
Graduierung : seit : Stadt :
Club : PLZ : Land :
Lehrer : Geburtsdatum :

Genehmigung des Lehrers

Datum :

Unterschrift :

Senior Bushi Prüfung **KARATE** (weiß – 2 gelbe Streifen) 10 Monate im Training

PROGRAMM	TECHNIK	STAND	Schnelligkeit	KIME	GESAMT	BEMERKUNGEN
Im Stand Chudan Tsuki, Jodan Tsuki, (Shiko Dachi) Chudan Soto Uke und Jodan Uke (Heisoku Dachi), Mae Geri Zenkutsu Dachi					/20	
12 Liegestütz / 30 Kniebeugen / 40 sek Beinhalten / 55 sek Plank					/20	
Kihon Waza Chudan Tsuki Moto Dachi (Vorwärts - Rückwärts)					/20	
Theorie Onigai Shimas und Arigato Gozai Mashta + zählen 1 – 10 (Ichi /Ni / San Shi / Go / Roku / Shichi / Hachi /Kyu /Ju					/ 4	

Unterschrift des Prüfers

Ort :

Gesamt

/64

Bewertung 5 – Sehr Gut

4 - Gut

3 – Befriedigend

2 – Mangelhaft

1 – Ungenügend

Datum :

Ergebnis

Zum Bestehen der Prüfung sind 38
Punkte notwendig.



WORLD OSHUKAI FEDERATION

OKINAWA KARATE DO SHORIN RYU

五
修
会

Name : Adresse :
 Vorname : Alter :
 Graduierung : seit : Stadt :
 Club : PLZ : Land :
 Lehrer : Geburtsdatum :

Genehmigung des Lehrers

Datum :

Unterschrift :

Abzeichen - Prüfung KARATE (weiß + Abzeichen) 18 Monate im Training

PROGRAMM	TECHNIK	STAND	Schnelligkeit	KIME	GESAMT	BEMERKUNGEN
Im Stand Chudan Tsuki , Jodan Tsuki , (S. D.) Mae Geri , Gedan Barei (Z.K.) Chudan Uke , Chudan Soto Uke, Jodan Uke (H.D.)					/20	
15 Liegestütz , 40 Kniebeugen, 50 sek Beinhalten , 60 sek Plank					/20	
Kihon Waza Chudan Tsuki – Chudan Uke (Moto Dachi) Zenkutsu Dachi, Uke Ashi Dachi					/20	
Theorie wie bisher zusätzlich Stil – Shorin Ruy OSHUKAI / Name Gründer Chinen Kenyu Sensei						

Unterschrift des Prüfers

Ort :

Gesamt

/84

Datum :

Ergebnis

Bewertung 5 – Sehr Gut
 4 – Gut
 3 – Befriedigend
 2 – Mangelhaft
 1 – Ungenügend

Zum Bestehen der Prüfung sind 50
 Punkte notwendig.