



# PRÜFUNGSREGLEMENT

Swiss Karate-Do Organization



## Inhalt

1. Prüfungsbestimmungen	2
1.1. Prüfungsablauf	2
1.1.1. Kihon	2
1.1.2. Kata	2
1.1.2.1. Ausnahmen in Kata	2
1.1.3. Kumite	4
1.1.3.1. Ausnahmen Kumite	3
1.2. Kyu Grade4	
1.2.1. Wartezeiten und Gurtfarben	5
1.2.2. Kosten Kyu-Prüfungen	6
1.3. DAN-Grade	6
1.3.1. Allgemeines:	7
1.3.2. Definitionen für DAN-Grade	6
1.3.3. Bestimmungen für DAN-Prüfungen	8
1.3.4. Wartezeiten für DAN-Prüfungen	9
1.3.5. Kosten für DAN-Prüfungen	9
2. Technisches Prüfungsprogramm SKO	10
2.1. Kyu-Prüfungen	10
2.2. DAN-Prüfungen	18
3. Generelles SKO	26
3.1. Fachliche Voraussetzungen	26
3.2. Karate Lizenzmarke der SKO	26
3.3. Technische Qualifikationen	26
3.3.1. Qualifikationen für Instruktoren	27
3.3.2. Qualifikationen für die Prüfungsexperten	28
3.3.3. Qualifikationen für Schiedsrichter	29
3.3.4. Lizenzpreise	



## 1. Prüfungsbestimmungen

### 1.1. Prüfungsablauf

Geprüft wird der Karateka in den drei Disziplinen: Kihon, Kata und Kumite.  
Berücksichtigt werden auch seine körperlichen Möglichkeiten (Alter, Gebrechen, usw.).

#### 1.1.1. Kihon

Das Kihon bedeutet Grundschultechnik. Trainiert werden Abwehr- und Angriffstechniken. Je nach Kyu- oder Dan-Grad wird ein möglichst optimales Körpergefühl zu den jeweiligen Techniken verlangt.  
Der Anspruch der Perfektion von Karatetechniken steigt bei jeder höheren Qualifikation.  
Wichtige Punkte sind: Geist, Körperhaltung, Gleichgewicht, Hüfteinsatz, Atmung, Kraft, Timing, und Distanzgefühl mit der Technik in Einklang zu bringen.  
Nicht zu vergessen das Kiai (Energieschrei, Individuell von Karateka zu Karateka).

#### 1.1.2. Kata

Kata's sind überlieferte Körperbewegungen, die genau festgelegt sind.  
In der Kata findet man eine vielfältige Anzahl von Grundschultechniken, welche die Situation eines imaginären Kampfes darstellen. Viele Bewegungen sind nur durch jahrelanges Trainieren zu verstehen und können unterschiedlich interpretiert werden.  
Die Kata ist nichts Starres, sondern soll Ansporn sein, um ein Körpergefühl für jede einzelne Technik zu haben.  
Jede Kata hat einen eigenen Rhythmus. Die Elemente sind stark ausgeprägt in Wasser, Feuer, Erde, Luft und Holz.  
Denke daran: Kata ist Kumite und Kumite ist Kata.

##### 1.1.2.1. Ausnahmen in Kata

Der Dojoleiter hat bei den Kyuprüfungen für Kinder bis und mit 8-jährig die folgenden Möglichkeiten:

- Zum 8. Kyu: Es kann Heian Shodan oder Taikyoku Shodan gezeigt werden
- Zum 7. Kyu: Es kann Heian Nidan oder Heian Shodan gezeigt werden
- Zum 6. Kyu: Es kann Heian Sandan oder Heian Nidan gezeigt werden
- Zum 5. Kyu: Es kann Heian Yondan oder Heian Sandan gezeigt werden
- Zum 4. Kyu: Es kann Heian Godan oder Heian Yondan gezeigt werden

Ab 3. Kyu sind keine Ausnahmen mehr erlaubt (z.B. für 3. Kyu ist Tekki Shodan gefordert)



### 1.1.3. Kumite

Kumite umfasst die drei Formen Kihon-Kumite, Jiyu-Ippon Kumite und Jiyu Kumite.

**Kihon-Kumite (Grundschulmässige Form des Kumite)**, stellt die grundlegendste Form der Kampfübungen dar, bei der sich die Gegner in festgelegter Distanz gegenüberstehen.

Der Angriffsbereich erfolgt in Absprache mit dem Gegner und wird vorgegeben.

Es wird in abwechselnden Rollen angegriffen und abgewehrt, was in Form nur eines Angriffs oder einer Abwehr (Ippon Kumite), oder eines fünfmaligen Angreifens und Abwehr (Gohon-Kumite) erfolgen kann.

Ferner gibt es noch weitere Grund-Kumite Formen wie Zambon-Kumite, Kaeshi Ippon Kumite etc., welche ebenfalls das Gefühl der Distanz, Timing, Schlagkraft, Koordination, Kontrolle etc. vermitteln.

**Jiyu-Ippon Kumite** ist ein freier Einschnitt Kampf, basierend auf dem Kihon-Kumite in welchem sich die Gegner im Jiyu-Kamae (Freie Kampfhaltung) gegenüberstehen und die Angriffe vorgegeben sind.

Im Jiyu-

Ippon Kumite wird das Gefühl für die Distanz weiterentwickelt, wie auch die Reaktionsschnelligkeit, Timing etc. als Vorbereitung auf den Freikampf.

**Jiyu Kumite** ist Freikampf.

Hier einige Punkte welche den Freikampf umschreiben und was damit geschult wird:

- Angriff und Zeitpunkt sowie Abwehr werden frei gewählt Angreifer und Verteidiger stehen in Jiyu-Kamae
- Die Technik ist frei wählbar
- Es obliegt dem Verteidiger, ob er Initiative ergreift
- die Freiheit in der Technik erlernen (nicht Zuviel denken)
- Bewegungen des Gegners erkennen
- Merkmale für den Zeitpunkt eines Angriffs rechtzeitig erkennen · spontan handeln

#### 1.1.3.1. Ausnahmen Kumite

Wenn ein Karateka von Berufs wegen kein Kumite machen kann (Geigenspieler, usw.) kann ungefährliche Selbstverteidigung verlangt werden



## 1.2. Kyu Grade

Karatekas der SKO können unter den folgenden Bedingungen eine Kyu-Prüfung absolvieren:

1. Regelmässiges Training
2. Einhaltung der minimalen Wartezeiten, um die entsprechende Prüfung zu absolvieren. (Für Kyu-Prüfungen sind dies somit ungefähr 2-3 Prüfungen pro Jahr, je nach Fortschritt vom Karateka).
3. Jeder Karateka muss den offiziellen Karateausweis der SKO besitzen.
4. Der Karateka muss im Besitz der SKO-Lizenz für das laufende Jahr sein (Eintrag Ausweis)
5. Prüflinge müssen in einem traditionellen weissen, sauberen Karate-Gi (Anzug) die Prüfung absolvieren.
6. Für die Prüfung wird ein gepflegtes Äusseres verlangt.
7. Finger- und Zehennägel sind kurz geschnitten, keinen Finger- oder Ohrenschmuck (Ausnahmen sind Sache der Prüfungskommission).
8. Bei den Prüfungen muss das Prüfungsgeld dem Dojoleiter zum Voraus bezahlt werden.
9. Der Dojoleiter bestimmt die Höhe der Prüfungsgebühr und was darin enthalten ist.
10. Bei Nichtbestehen der Prüfung besteht kein Anrecht auf Rückgabe der Prüfungsgebühr.
11. Bei teilweise nicht bestandener Prüfung (Sai Shinsa <sup>1</sup>), kann eine Nachprüfung in Kata oder Kumite stattfinden.
12. Bei nicht bestandener Prüfung im Kihon (Grundschule), muss die ganze Prüfung wiederholt werden. (Kata und Kumite gelten als Einzelteile)
13. Nachprüfungen können frühestens nach zwei Monaten absolviert werden. (Dies liegt im Ermessen der Prüfungskommission).
14. Es können ein oder mehrere Kyugrade übersprungen werden. Dies sollen Ausnahmen sein (Beispiel: tägliches Training).
15. Für Kyu-Prüfungen ist der Dojoleiter zuständig, dies wenn er die nötigen Prüfer-Qualifikationen hat.
16. Nur qualifizierte Instruktoren können Kyu-Prüfungen abnehmen.
17. Bei Prüfungen ist das nötige Niveau für das Bestehen massgebend. (Die körperlichen Möglichkeiten sind zu berücksichtigen).
18. Sämtliche Prüfungen sind freiwillig zu absolvieren.
19. Einsprachen gegen Prüfungsergebnisse sind nichtig und zwecklos.
20. Anmeldungen und Bezahlung sollten mindestens eine Woche vor der Prüfung abgeschlossen sein. Zu spät eintreffende Anmeldungen werden nicht mehr angenommen, dies liegt aber im Ermessen des Dojoleiters.

<sup>1</sup> **Sai Shinsa** bedeutet Teilbestanden. Hat ein Prüfling das Kihon (Grundschule) nicht bestanden, ist er durchgefallen. Besteht er Kata oder Kumite nicht, muss er nur noch diese zu einem späteren Zeitpunkt wiederholen.



### 1.2.1. Wartezeiten und Gurtfarben

Der 9. Kyu (Weissgurt) erhält jeder Karateschüler automatisch mit dem Erwerb eines weissen Karate-Gi's. Bei regelmässigen Trainings und Kursbesuche, ist die minimale Zeitspanne der folgenden Prüfung, 6 Monate (siehe Tabelle).

Anzahl Trainings und Kursbesuche werden streng berücksichtigt.

Kyu Grad	Gurtfarbe	Karatepraxis seit der letzten Prüfung*
Zum 9. Kyu	Weiss	Siehe oben
Zum 8. Kyu	Gelb	6 Monate
Zum 7. Kyu	Orange	6 Monate
Zum 6. Kyu	Grün	6 Monate
Zum 5. Kyu	Blau	6 Monate
Zum 4. Kyu	Blau	6 Monate
Zum 3. Kyu	Braun	6 Monate
Zum 2. Kyu	Braun	6 Monate
Zum 1. Kyu	Braun	6 Monate

### 1.2.2. Kosten Kyu-Prüfungen

Die Kosten für die KYU-Prüfungen werden im Dojo festgelegt, ebenso was Bestandteil der Prüfungskosten ist.

## 1.3. DAN-Grade

### 1.3.1. Allgemeines:

Für höhere Danprüfungen ist das OK und die Zustimmung des TK-Chefs einzuholen.

Einsprachen gegen Prüfungsergebnisse sind nichtig und zwecklos.

Der TK-Chef bestimmt, wer die jeweiligen Danprüfungen abnehmen darf (Prüfungskommission).

Danträger können ihre DAN-Grade aus einem anderen Verband, bei der SKO homologieren lassen.

Ab 60 Jahren ist vom 2. bis zum 7. DAN Ji-yu Kumite (Freikampf) nicht mehr obligatorisch. Es kann auch Ju-yu-Ippon Kumite gezeigt werden.



### 1.3.2. Definitionen für DAN-Grade

Hier aufgelistet sind technische Standards für alle 10 Dan Grade

Dan Grad	Definition
1. Dan (Sho Dan)	Die erforderlichen Basistechniken müssen ausgeführt werden können.
2. Dan (Ni Dan)	Die erforderlichen Basistechniken müssen ausgeführt werden können.
3. Dan (San Dan)	Die erforderlichen Basistechniken müssen ausgeführt und auch angewendet werden können.
4. Dan (Yon Dan)	Die Basistechniken sollten angewendet wie auch unterrichtet werden können. (Lehrer Niveau)
5. Dan (Go Dan)	Alle, welche ein hohes Level der Karatetechniken erlangt haben und deren Karate sie mit Originalität unterrichten können.
6. Dan (Roku Dan)	Alle, welche ein hohes Level der Karatetechniken sowie in der geistigen Einstellung durch fleissiges Trainieren erlangt haben. Sie müssen mindestens 40-Jährig sein.
7. Dan (Nana Dan)	Alle, welche einen hohen und reifen Level des Karates sowohl in Technik als auch in der geistigen Einstellung durch fleissiges Training erlangt haben.
8. Dan (Hachi Dan)	Alle, welche einen innerlich und äusserlich verfeinerten Level des Karates durch fleissiges Training erlangt haben.
9. Dan (Kyu Dan)	Alle, welche die Essenz des Karate vollständig gemeistert haben
10. Dan (Ju Dan)	Alle, welche die Essenz des Karate vollständig gemeistert haben und ein transzendentes Level errungen haben.

### 1.3.3. Bestimmungen für DAN-Prüfungen

Basierend auf den Bestimmungen der Kyu-Prüfungen sind hier zusätzlichen Bestimmungen für Danprüfungen aufgelistet.

- Bei Danprüfungen muss der Pass mit gültiger Lizenz abgegeben werden.  
Gleichzeitig ist auch die Bezahlung zu entrichten (gemäss Ausschreibung).
- Bei Nichtbestehen der Danprüfung besteht kein Anspruch auf eine Rückgabe der Prüfungsgebühr.
- Bei teilweise nicht bestandener Danprüfung kann eine Nachprüfung stattfinden.
- Nachprüfungen können nach frühestens drei Monaten absolviert werden.  
(Wann und wo bestimmt die Prüfungskommission)
- Obligatorisch zur Danprüfung müssen zwei Danvorbereitungskurse im Jahr der Prüfung besucht worden sein (vor der Prüfung).
- Bis zur ersten Dan Prüfung müssen mindestens 6 Karatekurse oder Seminare im Karateausweis eingetragen sein. Die Kurse und Seminare können vom Dojo oder Verband organisiert sein.



7. Dan Prüfungen werden grundsätzlich von der SKO durchgeführt und organisiert.
8. Ab einem Alter von 12 Jahren ist es Kindern und Jugendlichen möglich, die Prüfung zum 1. Dan abzulegen und damit den Kinder-/Jugend-Schwarzgurt zu erwerben. Mit dem Erreichen des 16. Altersjahr muss eine „Erwachsenen“-Dan Prüfung absolviert werden. Wird die Prüfung nicht innerhalb des 16. Altersjahr vollzogen, verfällt der Schwarzgurt und der Karateka muss wieder den Braungurt tragen.  
(Ausnahmen gelten bei Krankheit, Unfall, usw.)  
Für ein „Erwachsenen“ DAN muss der Prüfling am Prüfungstag 16-jährig sein.  
Es sind keine Ausnahmen möglich.

#### 1.3.4. Wartezeiten für DAN-Prüfungen

DAN-Grad	Gurtfarbe	Karatepraxis seit der letzten Prüfung*	Entspricht (X) Trainingsstunden
Zum 1. Dan	Schwarz	12 Monate	180
Zum 2. Dan	Schwarz	1 Jahre	
Zum 3. Dan	Schwarz	2 Jahre	
Zum 4. Dan	Schwarz	3 Jahre	
Zum 5. Dan	Schwarz	4 Jahre	
Zum 6. Dan	Schwarz	6 Jahre, Minimum 40-jährig	
Zum 7. Dan	Schwarz	7 Jahre	
Zum 8. Dan	Schwarz	7 Jahre, Absprache mit Suseki Shihan	

#### 1.3.5. Kosten für DAN-Prüfungen

DAN	Prüfungsgebühr
1. DAN	CHF 100.--
2. DAN	CHF 150.--
3. DAN	CHF 250.--
4. DAN	CHF 300.--
5. DAN	CHF 350.--
6. DAN	CHF 400.--
7. DAN	CHF 450.--
8. DAN	CHF 500.--



## 2. Technisches

### 1. Prüfungsprogramm

#### 1.1. Kyu-Prüfungen

#### 1.2.

## 8. Kyu

### Kihon

Jede Technik wird 5 x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
2	Vorwärts	Age-Uke Jodan	Zenkutsu Dachi
3	Vorwärts	Soto-Uke Chudan	Zenkutsu Dachi
4	Vorwärts	Uchi-Uke Chudan	Zenkutsu Dachi
5	Vorwärts	Shuto-Uke Chudan	Kokutsu Dachi
6	Vorwärts	Mae-Geri	Zenkutsu Dachi, Gedan Kakiwake
7	Seitwärts	Yoko-Geri Keage	Kiba Dachi (rechts / links)
8	Seitwärts	Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi (rechts / links)

### Kata

Heian Shodan

### Kumite

Gohon-Kumite (5 Angriffe / Blocks)

	Angriff	Block	Konter	Stellung
1	Oi-Zuki Jodan	Age-Uke	Gyaku-Zuki (Jeweils nach dem 5. Angriff)	Zenkutsu Dachi
2	Oi-Zuki Chudan	Soto-Uke	Gyaku-Zuki (Jeweils nach dem 5. Angriff)	Zenkutsu Dachi



## 7. Kyu

### Kihon

Jede Technik wird 5 x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan	Zenkutsu Dachi
3	Vorwärts	Soto-Uke Chudan	Zenkutsu Dachi
4	Rückwärts	Uchi-Uke Chudan	Zenkutsu Dachi
5	Vorwärts	Shuto-Uke Chudan	Kokutsu Dachi
6	Vorwärts	Mawashi-Geri, in Jiyu-Kamae	Zenkutsu Dachi, Gedan Kakiwake
7	Vorwärts	Mawaschi-Geri	Zenkutsu Dachi
8	Seitwärts	Yoko-Geri Keage	Kiba Dachi (rechts und links)
9	Seitwärts	Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi (rechts und links)

### Kata

Heian Nidan

### Kumite

Gohon-Kumite (5 Angriffe / Blocks)

	Angriff	Block	Konter	Stellung
1	Oi-Zuki Jodan	Age-Uke	Gyaku-Zuki (Jeweils nach dem 5. Angriff)	Zenkutsu Dachi
2	Oi-Zuki Chudan	Soto-Uke	Gyaku-Zuki (Jeweils nach dem 5. Angriff)	Zenkutsu Dachi



## 6. Kyu

### Kihon

Jede Technik wird 5 x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
3	Vorwärts	Soto-Uke Chudan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
4	Rückwärts	Uchi-Uke Chudan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
5	Vorwärts	Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi
6	Rückwärts	Shuto-Uke Chudan in Kokutsu Dachi Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Kokutsu Dachi – Zenkutsu Dachi
7	Vorwärts	Mae-Rengeri 1. Mae-Geri mit hinterem Bein, hinten Abstellen 2. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen	Zenkutsu Dachi, Gedan Kakiwake
8	Vorwärts	Mawashi-Geri, in Jiyu-Kamae	Zenkutsu Dachi,
9	Seitwärts	Yoko-Geri Keage	Kiba Dachi (rechts / links)
10	Seitwärts	Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi (rechts / links)

### Kata

Heian Sandan

### Kumite

Kihon Ippon

Angriff jeweils links / rechts, jede Technik wird 1 x ausgeführt

	Angriff	Block	Konter	Stellung
1	Oi-Zuki Jodan	Age-Uke	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
2	Oi-Zuki Chudan	Soto-Uke	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
3	Maegeri Chudan	Gedan Barai	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi



## 5. Kyu

### Kihon

Jede Technik wird 5x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Chudan Oi-Zuki	Zenkutsu Dachi
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Gedan-Barai, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
	Vorwärts	Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi
3	Rückwärts	Uchi-Uke Chudan, Kizame-Zuki Jodan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
4	Vorwärts	Soto-Uke Chudan, Empi-Uchi in Kiba-Dachi Tate-Uraken Jodan In Zenkutsu Dachi	Zenkutsu Dachi, Kiba-Dachi
5	Vorwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Kokutsu Dachi, Zenkutsu Dachi
6	Vorwärts	Mae-Rengeri 1. Mae-Geri mit hinterem Bein, hinten Abstellen 2. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen	Zenkutsu Dachi, Gedan Kakiwake
	Vorwärts	Mawashi-Geri, in Jiyu-Kamae	Zenkutsu Dachi
7	Seitwärts	Yoko-Geri Keage	Kiba Dachi (rechts / links)
8	Seitwärts	Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi (rechts / links)
	Kombination	Vorwärts: Mae-Geri, Oi-Zuki Chudan Rückwärts: Age-Uke Jodan, Gyaku-Zuki Chudan Vorwärts: Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi

### Kata

Heian Yondan

### Kumite

Kihon Ippon Kumite

	Angriff	Block	Konter	Stellung
1	Jodan Oi-Zuki	Age-Uke	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
2	Chudan Oi-Zuki	Soto-Uke	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
3	Chudan Maegeri	Gedan Barai	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
4	Yoko-Geri Kekomi	Soto-Uke (ausweichen)	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi



## 4. Kyu

### Kihon

Jede Technik wird 5x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Chudan Oi-Zuki	Zenkutsu Dachi
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Gedan-Barai, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
	Vorwärts	Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi
3	Rückwärts	Uchi-Uke Chudan, Kizame-Zuki Jodan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
4	Vorwärts	Soto-Uke Chudan in ZD, Empi-Uchi in Kiba-Dachi Tate-Uraken-Uchi Jodan in Kiba-Dachi	Zenkutsu Dachi, Kiba-Dachi
5	Vorwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Kokutsu Dachi, Zenkutsu Dachi
6	Vorwärts	Mae-Rengeri 1. Mae-Geri mit hinterem Bein, hinten Abstellen 2. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen	Zenkutsu Dachi, Gedan Kakiwake
	Vorwärts	Mawashi-Geri, in Jiyu-Kamae	Zenkutsu Dachi
7	Seitwärts	Yoko-Geri Keage	Kiba Dachi (rechts / links)
8	Seitwärts	Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi (rechts / links)
	Kombination	Vorwärts: Mae-Geri, Oi-Zuki Chudan Rückwärts: Age-Uke Jodan, Gyaku-Zuki Chudan Vorwärts: Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi

### Kata

Heian Godan

### Kumite

Kihon Ippon Kumite

	Angriff	Block	Konter	Stellung
1	Jodan Oi-Zuki	Age-Uke	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
2	Chudan Oi-Zuki	Soto-Uke	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
3	Chudan Maegeri	Gedan Barai	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
4	Yoko-Geri Kekomi	Soto-Uke (ausweichen)	Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi

Angriff jeweils links / rechts



### 3. Kyu

#### Kihon

Jede Technik wird 5x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Gedan-Barai Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
3	Vorwärts	Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi
4	Rückwärts	Uchi-Uke, Kizame-Zuki Jodan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
5	Vorwärts	Soto-Uke Chudan in Zenkutsu Dachi, Empi-Uchi in Kiba-Dachi Tate-Uraken-Uchi Jodan in Kiba-Dachi	Zenkutsu Dachi, Kiba-Dachi
6	Vorwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Kokutsu Dachi, Zenkutsu Dachi
8	Vorwärts	Mae-Rengeri 1. Mae-Geri mit hinterem Bein, hinten Abstellen 2. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen 3. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
7	Vorwärts		
8	Vorwärts	Ushiro-Geri	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
9	Vorwärts	Mawashi-Geri	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
10	Seitwärts	Yoko-Geri Keage	Kiba Dachi (rechts / links)
11	Seitwärts	Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi (rechts / links)
	Kombination	Vorwärts: Mae-Geri, Gyaku-Zuki Chudan Rückwärts: Uchi-Uke Chudan, Gyaku-Zuki Chudan Vorwärts: Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi

#### Kata

Tekki Shodan

#### Kumite

Kaeshi Ippon Kumite

<b>1. Tori:</b> Schritt nach vorne mit Oi-Zuki Jodan – <b>2. Uke:</b> Zurück Age-Uke und sofort nach vorne, Gegenangriff Oi-Zuki Jodan
<b>1. Tori:</b> Bewegt sich zurück und wehrt ab und kontert.
<b>1. Tori:</b> Schritt nach vorne mit Oi-Zuki Chudan – <b>2. Uke:</b> Soto-Uke und sofort nach vorne mit Gegenangriff Oi-Zuki Chudan
<b>1. Tori:</b> Bewegt sich zurück und wehrt ab und kontert.

Jiyu Ippon Kumite

	Angriff	Block	Konter	Stellung
1	Oi-Zuki Jodan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
2	Oi-Zuki Chudan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
3	Mae-Geri Chudan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
5	Mawashi-Geri Jodan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae

**1.**

#### und 2. Kyu



## Kihon

Jede Technik wird 5 x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Mae-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
3	Vorwärts	Mae-Geri, Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi
4	Rückwärts	Uchi-Uke, Mae-Geri, Kizame-Zuki Jodan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
5	Vorwärts	Soto-Uke Chudan in ZD, Empi-Uchi in Kiba-Dachi Tate-Uraken-Uchi Jodan in Kiba-Dachi	Zenkutsu Dachi, Kiba-Dachi
6	Vorwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Kokutsu Dachi, Zenkutsu Dachi
8	Vorwärts	Mae-Rengeri 1. Mae-Geri mit hinterem Bein, hinten Abstellen 2. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen 3. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
9	Vorwärts	Mae-Geri, Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
10	Vorwärts	Mawashi-Geri, Yoko-Geri Kekomi, mit gleichem Bein ohne absetzen	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
11	Vorwärts	Yoko-Geri-Kekomi, Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
12	Seitwärts	Yoko-Geri Keage	Kiba Dachi (rechts / links)
13	Seitwärts	Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi (rechts / links)
14	Kombination	Vorwärts: Mae-Geri, Gyaku-Zuki Chudan Rückwärts: Uchi-Uke Chudan, Gyaku-Zuki Chudan Vorwärts: Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi

## Kata

Tokui Kata wählbar aus: Bassai Dai, Kanku Dai, Empi oder Jion

## Kumite

Kaeshi Ippon Kumite

**1. Tori:** Schritt nach vorne mit Oi-Zuki Jodan – **2. Uke:** Zurück Age-Uke und sofort nach vorne, Gegenangriff Oi-Zuki Jodan  
**1. Tori:** Bewegt sich zurück und wehrt ab und kontert.

**1. Tori:** Schritt nach vorne mit Oi-Zuki Chudan – **2. Uke:** Soto-Uke und sofort nach vorne mit Gegenangriff Oi-Zuki Chudan  
**1. Tori:** Bewegt sich zurück und wehrt ab und kontert.

Jiyu Ippon Kumite

	Angriff	Block	Konter	Stellung
1	Jodan Oi-Zuki	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
2	Chudan Oi-Zuki	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
3	Chudan Maegeri	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
4	Yoko-Geri Kekomi	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
5	Mawashi-Geri	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae

## Kampfkombinationen in Jiyu Kamae



## 1. Dan

### Kihon

Jede Technik wird 5 x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Mae-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
3	Vorwärts	Mae-Geri, Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi
4	Rückwärts	Uchi-Uke, Mae-Geri, Kizame-Zuki Jodan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
5	Vorwärts	Soto-Uke Chudan in ZD, Empi-Uchi in Kiba-Dachi Tate-Uraken-Uchi Jodan in Kiba-Dachi	Zenkutsu Dachi, Kiba-Dachi
6	Vorwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Kokutsu Dachi, Zenkutsu Dachi
7	Vorwärts	Mae-Rengeri 1. Mae-Geri mit hinterem Bein, hinten Abstellen 2. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen 3. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
8	Vorwärts	Mawashi-Geri, Yoko-Geri Kekomi, mit gleichem Bein ohne absetzen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
10	Vorwärts	Mae-Geri, Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
11	Vorwärts	Yoko-Geri-Kekomi, Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
12	Seitwärts	Yoko-Geri Keage in Kiba-Dachi 180° drehen und Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi
13	Kombination	Vorwärts: Mae-Geri, Oi-Zuki Chudan Rückwärts: Shuto-Uke Chudan in Kokutsu-Dachi, Nukite Chudan und Wieder Shuto-Uke in Kokutsu-Dachi Vorwärts: Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi Kokutsu Dachi

### Kata

Tokui Kata: wählbar aus: Bassai Dai, Jion, Empi, Kanku Dai

Shitei Kata: Heian Shodan bis Tekki Shodan

### Kumite

Jiyu Kumite

Jiyu Ippon Kumite

	Angriff	Block	Konter	Stellung
1	Kizami-Zuki Jodan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
2	Oi-Zuki Jodan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
3	Oi-Zuki Chudan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
4	Chudan Maegeri Chudan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
5	Yoko-Geri Kekomi Chudan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
6	Mawashi-Geri Jodan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae
6	Ushiro-Geri Chudan	Frei wählbar	Frei wählbar	Jiyu-Kamae

### Kampfkombinationen in Jiyu Kamae



## 2. Dan

### Kihon

Jede Technik wird 5 x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Oi-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Mae-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
3	Vorwärts	Mae-Geri, Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi
4	Rückwärts	Uchi-Uke, Mae-Geri, Kizame-Zuki Jodan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi
5	Vorwärts	Soto-Uke Chudan in ZD, Empi-Uchi in Kiba-Dachi Tate-Uraken-Uchi Jodan in Kiba-Dachi	Zenkutsu Dachi, Kiba-Dachi
6	Vorwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Kokutsu Dachi, Zenkutsu Dachi
7	Vorwärts	Mae-Rengeri 1. Mae-Geri mit hinterem Bein, hinten Abstellen 2. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen 3. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
8	Vorwärts	Mawashi-Geri, Yoko-Geri Kekomi, mit gleichem Bein ohne absetzen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
10	Vorwärts	Mae-Geri, Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
11	Vorwärts	Yoko-Geri-Kekomi, Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
12	Seitwärts	Yoko-Geri Keage in Kiba-Dachi 180° drehen und Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi
13	Seitwärts	Yoko-Geri Kekomi, Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi
14	Kombination	Vorwärts: Mae-Geri, Oi-Zuki Chudan Rückwärts: Shuto-Uke Chudan in Kokutsu-Dachi, Nukite Chudan und wieder Shuto-Uke in Kokutsu-Dachi Vorwärts: Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi Kokutsu Dachi
15	Standübung	Mae-Geri- Yoko-Geri, Ushiro Geri, Mawashi-Geri	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae

### Kata

Tokui-Kata: frei wählbar aus, Bassai Dai, Jion, Empi, Kanku Dai zurückkehren.

Shitei Kata: Heian Shodan bis Tekki Shodan

### Kumite

Jiyu Kumite

### Kampfkombinationen in Jiyu Kamae



### 3. Dan

#### Kihon

Jede Technik wird 5 x ausgeführt

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Kizame-Zuki Jodan, Mae-Geri, Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Gyaku-Zuki Chudan, Gedan-Barai mit Schritt zurück, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
2	Vorwärts	Age-Uke Jodan zurück, Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
4	Rückwärts	Uchi-Uke, Mae-Rengeri vorderer Fuss, dann hinterer Fuss, Kizame-Zuki-Jodan, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
5	Vorwärts	Soto-Uke Chudan in ZD, Empi-Uchi in Kiba-Dachi, Tate-Uraken-Uchi Jodan in Kiba-Dachi, Gyaku-Zuki Chudan, Ushiro-Geri	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
6	Vorwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Kokutsu Dachi, Zenkutsu-Dachi, Jiyu Kamae
7	Vorwärts	Mae-Rengeri 1. Mae-Geri mit hinterem Bein, hinten Abstellen 2. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen 3. Mae-Geri hintere Bein und vorne abstellen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
8	Vorwärts	Mawashi-Geri, Yoko-Geri Kekomi, mit gleichem Bein ohne absetzen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
10	Vorwärts	Mae-Geri, Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
11	Vorwärts	Yoko-Geri-Kekomi, Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
12	Seitwärts	Yoko-Geri Keage in Kiba-Dachi 180° drehen und Yoko-Geri Kekomi	Kiba Dachi
14	Kombination	Vorwärts: Mae-Geri, Oi-Zuki Chudan Rückwärts: Shuto-Uke Chudan in Kokutsu-Dachi, Nukite Chudan und wieder Shuto-Uke in Kokutsu-Dachi Vorwärts: Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki	Zenkutsu Dachi Kokutsu Dachi
15	Standübung	Mae-Geri, Yoko-Geri, Ushiro Geri, Mawashi-Geri, dreimal Link u. Rechts	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae

#### Kata

Tokui-Kata: frei wählbar (ausser Heian Katas / Tekki Shodan)

Shitei Kata: Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan

Fragen zu Bunkai

#### Kumite

Jiyu Kumite

#### Kampfkombinationen in Jiyu Kamae



## 4. Dan

**Kihon** Jede Technik wird 5 x ausgeführt, in Jiyu-Kamae

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Kizame-Zuki Jodan, Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Soto-Uke Chudan mit gleichem Arm, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
3	Vorwärts	Uchi-Uke Chudan in Kokutsu-Dachi, Kizame-Zuki Jodan in Zenkutsu Dachi, Gyaku-Zuki Chudan	Kokutsu Dachi Zenkutsu Dachi Jiyu Kamae
4	Rückwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Zenkutsu Dachi Jiyu Kamae
5	Vorwärts	Mae-Geri, Oi-Zuki Jodan Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi Jiyu Kamae
6	Vorwärts	Mawashi-Geri, mit vorderen Fuss, vorne absetzen – Yoko-Geri Kekomi mit hinteren Fuss, vorne absetzen, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi Jiyu Kamae
7	Vorwärts	Mawashi-Geri mit vorderem Fuss vorne absetzen, Yoko-Kekomi mit Hinteren Fuss, vorne absetzen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
8	Vorwärts	Mae-Geri, Yoko-Geri Kekomi, Ushiro-Geri	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
9	Standübung	Mae-Geri, Yoko-Geri, Ushiro Geri, Mawashi-Geri, dreimal Link u. Rechts	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae

## Kata

Tokui-Kata: frei wählbar (ausser Heian Katas / Tekki Shodan)

Shitei Kata: Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan

Fragen zu Bunkai

## Kumite

Ab einem Alter von 60 Jahren können sie zwischen **Jiyu Ippon Kumite** und **Jiyu Kumite** wählen.



## 5. Dan

Alle Techniken in Jiyu-Kamae, Fusstechniken nach körperlichem Ermessen.

	Richtung	Technik	Stellung
1	Vorwärts	Kizame-Zuki Jodan, Sambon-Zuki	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
2	Rückwärts	Age-Uke Jodan, Soto-Uke Chudan mit gleichem Arm, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
3	Vorwärts	Uchi-Uke Chudan in Kokutsu-Dachi, Kizame-Zuki Jodan in Zenkutsu Dachi, Gyaku-Zuki Chudan	Kokutsu Dachi Zenkutsu Dachi Jiyu Kamae
4	Rückwärts	Shuto-Uke in Kokutsu Dachi, Mae-Ashi-Geri (Mae-Geri mit Vorderfuss), Nukite Chudan in Zenkutsu Dachi	Zenkutsu Dachi Jiyu Kamae
5	Vorwärts	Mae-Geri, Oi-Zuki Jodan Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi Jiyu Kamae
6	Vorwärts	Mawashi-Geri, mit vorderen Fuss, vorne absetzen – Yoko-Geri Kekomi mit hinteren Fuss, vorne absetzen, Gyaku-Zuki Chudan	Zenkutsu Dachi Jiyu Kamae
7	Vorwärts	Mawashi-Geri mit vorderem Fuss vorne absetzen, Yoko-Kekomi mit Hinteren Fuss, vorne absetzen	Zenkutsu Dachi, Jiyu Kamae
8	Vorwärts	Mae-Geri, Yoko-Geri Kekomi, Ushiro-Geri	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae
15	Standübung	Mae-Geri, Yoko-Geri, Ushiro Geri, Mawashi-Geri, dreimal Link u. Rechts	Zenkutsu Dachi, Jiyu-Kamae

### Kata

Tokui-Kata: frei wählbar (ausser Heian Katas / Tekki Shodan)

Shitei Kata: Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan, Tekki Sandan

Fragen zu Bunkai

### Kumite

Ab einem Alter von 60 Jahren können sie zwischen **Jiyu Ippon Kumite** und **Jiyu Kumite** wählen.



## 6. Dan

### Kihon

Wird von Prüfungskommission festgelegt.

### Kata

Tokui-Kata: Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan, Tekki Nidan

Shitei Kata: Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan, Tekki Nidan

Fragen zu Bunkai

### Kumite

Ab einem Alter von 60 Jahren können sie zwischen Jiyu Ippon Kumite und Jiyu Ippon Kumite wählen.

## 7. Dan

### Kihon

Wird von Prüfungskommission festgelegt

### Kata

Kata

Tokui-Kata: Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan, Tekki Nidan

Shitei Kata: Bassai Dai, Kanku Dai, Jion, Enpi, Hangetsu, Tekki Nidan, Tekki Nidan

Fragen zu Bunkai

### Kumite

Ab einem Alter von 60 Jahren können sie zwischen Jiyu Ippon Kumite und Jiyu Ippon Kumite wählen.

## 8. Dan



Entscheidung Shihankai.

## 9. Dan

Entscheidung Shihankai.

## 10. Dan

Entscheidung Shihankai.

### Kampfkombinationen zum Prüfungsprogramm

Im Prüfungsprogramm sind zu gewissen Kyu- bzw. Dan-Graden Kampfkombinationen erwähnt. Diese werden nach Gutdünken der Prüfexperten gewählt. Die nachfolgende Auflistung ist daher als Beispiel zu verstehen.

Alle Techniken werden in Jiyu-Kamae gestartet und nach Ausführung wird sofort Jiyu-Kamae eingenommen.

### Zum 2. Kyu, 1. Kyu, 1. Dan, 2. Dan und 3. Dan

Vorwärts	Kizami-Zuki, Oi-Zuki
Rückwärts	Sukui-Uke (Harai-Uke), Gyaku-Zuki Suri-Ashi
Vorwärts	Kizami-Zuki, Gyaku-Zuki, Uraken-Uchi
Rückwärts	Sukui-Uke (Harai-Uke), Gyaku-Zuki Kiri-Kaeshi
Vorwärts	Gyaku-Kizami-Zuki (Jodan), Gyaku-Zuki (Jodan)
Vorwärts	Ashi-Barai (Hinterfuss), Kizami-Zuki
Vorwärts	Ashi-Barai (Vorderbein), Kizami-Zuki
Vorwärts	Ashi-Barai (Vorderbein), Kizami-Zuki
Vorwärts	Ashi-Barai (Vorderfuss), Uraken-Uchi, Gyaku-Zuki
Vorwärts	Gyaku-Zuki Jodan, Mae-Geri (Hinterfuss), Kizami-Zuki, Gyaku-Zuki
Vorwärts	Uraken-Uchi, Mae-Geri (Vorderfuss), Uraken-Uchi, Gyaku-Zuki
Vorwärts	Uraken-Uchi, Mawashi-Geri (Vorderfuss), Gyaku-Zuki
Vorwärts	Ashi-Barai (Hinterfuss vorne absetzen), Gyaku-Zuki, Mawashi-Geri (Hinterfuss vorne absetzen), Gyaku-Zuki
Vorwärts	Gyaku-Zuki, Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki
	Ashi-Barai (Hinterfuss), Ushiro-Geri, Gyaku-Zuki



## **1. Swiss Karate-Do Organization**

### **1.2. Fachliche Voraussetzungen**

Art. 1: Alle technischen Richtlinien richten sich nach der SKO und unterliegen dessen Bestimmungen.

Art. 2: Alle Dan/Kyu Prüfungen für die Mitglieder der SKO, die abgehalten werden, unterstehen diesen Regeln, ausser wenn der SKO Chef Instruktor es spezifisch separiert.

Art. 3: Personen, die einen bestimmten Grad in der Technik, als Resultat von grossen Anstrengungen im Trainieren von Körper und Geist als Karateka erreicht haben, sollten einen Dan/Kyu erkannt bekommen.

Art. 4: Für den 1. Kyu und 1. Dan ist es möglich die Prüfung als bestanden zu betrachten, auch wenn die Fähigkeit noch nicht da ist, aber ihre Anstrengungen Anerkennung verdienen.

### **1.3. Karate Lizenzmarke der Swiss Karate-Do Organization**

Jährlich stellt das Sekretariat der SKO die Lizenzen aus.

Der Betrag von CHF 80.-- wird für die administrativen Arbeiten, Weiterbildung, Kader, Honorare, Veranstaltungen, Kadertrainings und der Förderung des Nachwuchses verwendet.

Ohne gültige Lizenz der Swiss Karate-Do Organization kann kein Karateka an Aktivitäten des Verbandes teilnehmen.

### **1.4. Technische Qualifikationen**

Die offiziellen technischen Qualifikationen sind in drei Kategorien, welche jeweils in 4 Klassen aufgeteilt sind, eingeteilt:

2. Instruktoren Qualifikation (A, B, C, D)
3. Prüfer Qualifikation (A, B, C, D)
4. Schiedsrichter Qualifikation (A, B, C, D)

Jeder der eine leitende Funktion in einem Dojo hat, sollte eine Lizenz in der Sparte Instruktor und Schiedsrichter haben.

Um eine Lizenz als Prüfer zu besitzen, braucht es die vorhergehenden Instruktoren und Schiedsrichter Lizenzen in der gleichen Klasse.

Die Lizenzen sind da, um qualitativ zu unterrichten und eventuell in einer Kommission zu arbeiten.



### 2.3.1 Qualifikationen für Instruktoren

Klasse / min. Dan Grad	Anforderungen an die Instruktoren
<b>D-Klasse:</b> Minimum 3. DAN	Muss die Prüfungsordnung bis min. 1. DAN beherrschen.
<b>C-Klasse:</b> Minimum 4. DAN	Muss die Prüfungsordnung bis min. 2. DAN beherrschen. Ebenso muss er die Heian Katas, Tekki Shodan / Nidan, Bassai-Dai, Jion, Empi und Kanku-Dai ausführen können.
<b>B-Klasse:</b> Minimum 5. DAN	Muss die Prüfungsordnung bis min. 3. DAN beherrschen. Ebenso muss er die Heian Katas, Tekki Shodan / Nidan / Sandan, Bassai-Dai, Jion, Empi, Kanku-Dai, Hangetsu, Jitte und Gankaku ausführen können.
<b>A-Klasse:</b> Minimum 6. DAN	Muss über die ganze Prüfungsordnung Auskunft geben können, wie auch alle 26 Shotokan Katas ausführen können.

### 2.3.2. Qualifikationen für die Prüfungsexperten

Die Qualifikationen sind da um dem DAN-Grad Kraft zu verleihen.

Um eine Prüfer Lizenz zu erlangen, muss die entsprechende Lizenz für Instruktoren im gleichen Level ausgewiesen werden können.

Klasse / min. Dan Grad	Anforderungen an die Prüfungsexperten
<b>D-Klasse:</b> Minimum 3. DAN	Die Prüfungsexperten dürfen Prüfungen bis und mit zum 1. DAN (Shodan) abnehmen.
<b>C-Klasse:</b> Minimum 4. DAN	Die Prüfungsexperten dürfen Prüfungen bis und mit zum 2. DAN (Nidan) abnehmen.
<b>B-Klasse:</b> Minimum 5. DAN	Die Prüfungsexperten dürfen Prüfungen bis und mit zum 3. DAN (Sandan) abnehmen.
<b>A-Klasse:</b> Minimum 6. DAN	Die Prüfungsexperten können Prüfungen bis und mit zum 4. DAN (Yondan) abnehmen.  Prüfungsexperten welche den 7. DAN besitzen, dürfen bis und mit zum 5. DAN-Prüfungen abnehmen.  Prüfungsexperten welche den 8. DAN besitzen, dürfen mit der Bewilligung des Honbus Japan bis und mit Prüfungen bis zum 7. DAN abnehmen.

Prüfungsexperten der Kategorien (A-D), dürfen Teil einer Prüfungskommission sein.



### 2.3.3. Qualifikationen für Schiedsrichter

Schiedsrichter können Auskunft geben über allgemeine Fragen zum Schiedsrichter Reglement.

Klasse / min. Dan Grad:	Anforderungen an die Schiedsrichter:
<b>D-Klasse:</b> Minimum 2. DAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Beherrscht die Arbeiten im Backoffice an einem Turnier. Diese beinhalten die allgemeinen Tisch-Arbeiten, Zeitnehmer etc.</li> <li>Kann die Arbeiten des Kansers ausführen.</li> <li>Kann als Eck-Schiedsrichter eingesetzt werden. (Muss die folgenden Katas bewerten können: Heian Katas, Tekki Shodan, Bassai-Dai, Jion, Empi, Kanku-Dai.)</li> <li>Anwärter auf C-Klasse.</li> </ul>
<b>C-Klasse:</b> Minimum 3. DAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Anwärter auf Hauptschiedsrichter</li> <li>Kann die Arbeiten des Kansers ausführen.</li> <li>Muss die folgenden Katas bewerten können: Heian Katas, Tekki Shodan / Nidan / Sandan, Bassai-Dai, Jion, Empi, Kanku-Dai, Jitte, Hangetsu, Gankaku.)</li> </ul>
<b>B-Klasse:</b> Minimum 4. DAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Als Hauptschiedsrichter fähig einen Kampf in Kata oder Kumite zu leiten.</li> <li>Kann die Arbeiten des Kansers ausführen.</li> <li>Beherrscht die Bewertung aller 26 Shotokan Katas.</li> </ul>
<b>A-Klasse:</b> Minimum 5. DAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>Beherrscht die allgemeine Turnierleitung inkl. Hauptschiedsrichter und die Arbeiten des Kansers.</li> <li>Beherrscht die Bewertung aller 26 Shotokan Katas.</li> <li>Kann Auskunft geben über das Schiedsrichter Reglement.</li> </ul>



## 2.3.4. Lizenzpreise

Lizenzpreise in der jeweiligen Kategorie pro Kategorie  
(Instruktoren / Prüfungsexperten oder Schiedsrichter).

Pro Lizenz:	Prüfungsgebühr:
<b>D Lizenz:</b>	CHF 100.--
<b>C Lizenz:</b>	CHF 150.--
<b>B Lizenz:</b>	CHF 200.--
<b>A Lizenz:</b>	CHF 300.--

TK-Chef

Mitglied der Prüfungskommission

Juan Sierra

Andrea Palermo