

Deutscher-Karate-Verband e. V.

Stilrichtung

KOSHIN KAN

DAN - Prüfungsprogramm



Prüfungsprogramm

1. - 5. Dan

Dieses Programm gehört:

2. Ausgabe Februar 2008 / HW

Koshinkan - Dan - Prüfungsordnung

Voraussetzungen zur Dan-Prüfung:

Mitglied in einem *Koshinkan* – Verein
DKV-Pass mit gültiger Jahressichtmarke
Einhaltung der Vorbereitungszeit
Mindestalter 16 Jahre
Zustimmung des Vereinsleiters oder Trainers
Teilnahme an einem technischen Landeslehrgang in der Vorbereitungszeit
Teilnahme / Dan-Vorbereitungslehrgang
Teilnahme / Kampfrichterlehrgang
Erste-Hilfe-Bescheinigung
4 Wochen vor der Prüfung DAN-Antrag an den DKV / Kopie an Bundes-Prüfungsreferenten
4 Wochen vor der Prüfung die Dan-Gebühr an den DKV,
Schriftliche Ausarbeitung der eigenen Dan-Prüfung, vorzulegen beim Dan-Vorbereitungslehrgang,
gilt auch für Lehrproben!

Vorbereitungszeiten:

Zum	1. Dan	1 Jahr	Technische Prüfung
	2. Dan	2 Jahre	Technische Prüfung
	3. Dan	3 Jahre	Technische Prüfung (Lehrprobe)
	4. Dan	4 Jahre	Technische Prüfung (Lehrprobe)
	5. Dan	5 Jahre	Prüfung nach Vorgaben des Bundes-Prüfungsreferenten (kann auch verliehen werden)

Prüfungskommission:

Die Prüfung bis zum 4. Dan wird von zwei *Koshinkan* - Prüfern, die Inhaber einer DKV A-Lizenz sind, abgenommen!
Bei mehr als drei Prüflingen zum 5. Dan und höher, von drei DKV A-Prüfern. (Ein Prüfer sollte aus einer anderen DKV-Stilrichtung kommen.)
Einer der A-Prüfer muss mindestens einen höheren Dan-Grad haben, als der höchste Dan, der bei der Prüfung zu erreichen ist!

Verantwortlich:

Verantwortlich und Ansprechpartner für *Koshinkan* – Dan - Prüfungen innerhalb des DKV ist der Bundes – Prüfungs - Referent der Stilrichtung. (z. Zt. Hans Wecks)

Anerkennung von Dan-Graden:

Dan-Grade aus anderen Stilrichtungen innerhalb des DKV können nach einer Überprüfung durch die Bundes-Prüfungskommission und des Stilrichtungs-Referenten übernommen werden. Eine Übernahme der Dan-Grade sollte auch mit der Landes-Prüfungskommission abgesprochen werden!

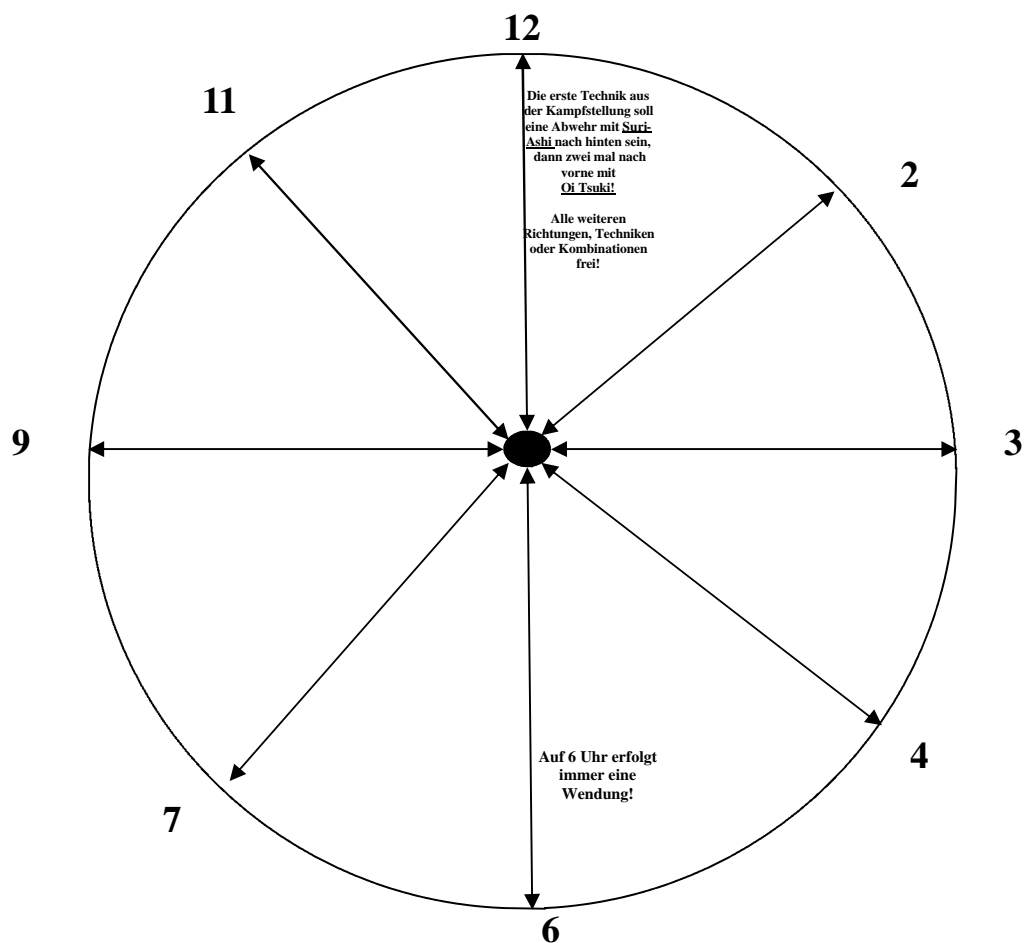
Dan-Prüfungen:

Das Dan-Programm sollte schriftlich ausgearbeitet, mindestens 4 Wochen vor der Prüfung, der Prüfungskommission vorliegen!
Es gibt kein festgelegtes Dan - Programm. Das technische Programm kann jeder Prüfling selbst bestimmen, es muss aber leistungsmäßig dem angestrebten Dan-Grad entsprechen. Je höher der Dan-Grad, desto ausgereifter sollte das Programm sein. Nicht nur die technischen, sondern auch die kreativen Leistungen des Prüflings werden bewertet. Bei einem Alter ab 35, kann von dem Prüfling, statt der technischen Variante, eine Lehrprobe gewählt werden. Auch diese sollte, in schriftlicher Ausarbeitung, den Prüfern beim Dan Vorbereitungslehrgang vorliegen!
Dan-Grade können auch in besonderen Fällen von der Bundes-Prüfung-Kommission verliehen werden.

Bewegungsablauf der Formen:

Das ausgearbeitete Programm wird in verschiedenen Richtungen vorgeführt. Dies gilt für alle Formen! Der Ausgangspunkt ist der Mittelpunkt eines Kreises. Die erste Technik ist immer eine Abwehr aus der Kampfstellung nach hinten mit Suri-Ashi, dann nach vorne z. B. in Richtung - 12.00 Uhr - immer mit Oi-Tsuki, dann kann eine Wendung erfolgen, es besteht aber auch die Möglichkeit die Techniken rückwärts, wieder zum Mittelpunkt, auszuführen, um dann ein Wendung - z.B. auf 9.00 Uhr - zu machen. Wendungen können in Kampfstellungen, oder mit Techniken ausgeführt werden.

Bei allen Abschlusstechniken sollte ein „**Kiai**“ erfolgen !



In der schriftlichen Ausarbeitung der Koshinkan-Form können die verschiedenen Richtungen als Zifferblatt einer Uhr, siehe oben, oder mit den Himmelsrichtungen wie Nord, Ost, Süd-West, oder auch , nach vorne, nach hinten, 45 Grad rechts, 180 Grad Wendung, bezeichnet werden!

Erläuterung: (Programm 1. – 3.Dan)

Aus dem jeweiligen Dan-Programm sollte man sich aus den dort aufgelisteten Techniken, dem Dan-Grad und den möglichen körperlichen Voraussetzungen angemessen, eine Anzahl von Techniken aussuchen. Diese sind dann in verschiedene Richtungen, entsprechend, vorzuführen.

Die Koshinkan-Form sollte auch schriftlich den Prüfern vorliegen!

Koshinkan-Form:

Ein Bewegungsablauf in verschiedene Richtungen zusammen gestellt aus Kihon-, Kombinations- und Kumitetechniken. Jeder der Elemente muss zweimal hintereinander, einmal links und rechts, gezeigt werden. Nach jeder Technik oder Kombination zurück in Kampfstellung. Begonnen wird vom Mittelpunkt aus mit einer Abwehrtechnik in Suri-Ashi nach hinten, dann nach vorne, die ersten 2 Techniken müssen Oi Tsuki sein. Dann wieder zurück zum Mittelpunkt, die weiteren Richtungen können frei gewählt werden. Die Wendungen können mit einer Technik/Kombination oder nur in Kampfstellung ausgeführt werden. Nach Abschluss jeder Einzel, oder Kombination erfolgt ein Kia. Kombinations- und Kumitetechniken sollten so realistisch zusammen gestellt sein, dass sie ohne Probleme als Anwendung vorgeführt werden können. Die Prüfer können einzelne Anwendungen aus der Form abfordern.

Kata:

Es kann aus dem jeweiligen Dan - Programm eine Kür - Kata ausgesucht werden. Die Kata muss einmal solo und mit Partner (Bunkai) vorgeführt werden. Außerdem können die Prüfer weitere Kata's aus den vorherigen Kyu- oder Dan - Programmen abfragen. Diese müssen auf Verlangen der Prüfer auch in Anwendung gezeigt werden.
*Es kann auch statt der Kür - Kata eine selbst entworfene *Koshinkan*-Kata, oder Waffen-Kata vorgeführt werden. Sie sollte allerdings dem Dan-Grad angemessen sein

Kumite:

Wird dem Alter des Prüflings entsprechend verlangt, liegt aber im Ermessen der Prüfer. Bei Karatekas ab 40...., oder bei höheren Dan-Graden kann auch eine Lehrprobe statt Kumite beantragt werden. Diese ist dann auch in schriftlicher Form vor der Prüfung vorzulegen!

Selbstverteidigung:

Verschiedene Formen von Angriffen werden bei der Prüfung von den Prüfern vorgegeben (als Verteidigung, sollten möglichst Karate-Techniken verwendet werden). Die Abwehren und Gegenangriffe müssen im Verhältnis zu den Angriffen stehen! (siehe Notwehr-Paragraph)

Dojo intern:

kann auf Verlangen des Prüflings mit geprüft werden. Wird aber auch dann als einen Teil der Prüfung mit bewertet!

Dangrade 1. Dan

Aus den unten genannten Techniken ist eine Koshinkan - Form aus Kihon-, Kombinations-, und Kumitetechniken zu zeigen.

Diese Form muss sich von der 1. Kyu - Prüfung unterscheiden!

Es sollte auch mit Sabaki, Suri Ashi gearbeitet werden!

Stände:	Zenkutsu- / Kokutsu- / Kiba- / Jyu- / Sochin- Hangetsu-Dachi
Abwehrtechniken:	Age- / Uchi- / Soto-Uke / Gedan-Barai / Shuto- / Morote- / Nagashi-Uke
Stosstechniken:	Oi- / Gyaku- / Tate- / Mate- / Mawashi- / Nukite / Kizame- / Ura- / Ren- Tsuki
Schlagtechniken:	Shuto- / Uraken- / Haito- / Tetsui- / Shotei-Uchi
Armtechniken:	Mae- / Ushiro- / Yoko- Empi
Beintechniken:	Kin- / Mae- / Hiza- / Yoko- / Mawashi- / Kakato- / Mikatsuki- / Ushiro- / Ura-Mawashi-Geri
Fegetechniken:	Ashi-Barai
Wurftechniken:	ein Wurf, sollte in der Form oder in der Selbstverteidigung gezeigt werden!
Kata:	eine <u>Kür – Kata</u> aus Bassai Dai / Hangetsu / Empi oder Jion oder eine freie Koshinkan-Kata, eine <u>Pflicht - Kata</u> aus den Kyu – Programmen
Bunkai:	Anwendungen aus Pflicht- und Kür - Kata
Jyu - Kumite:	Freikampf gegen 2 - 3 Gegner (ab 40 Jahre eine kurze Lehrprobe nach Ansagen der Prüfer)
Selbstverteidigung:	Angriffe werden von den Prüfern vorgegeben! (Halten, Würgen, Greifen, Schlagen, Bodenbefreiung, Stock)
Dojo intern:	Vereinsintern, kann aber auf Verlangen des Prüflings ein Teil der Prüfung sein! (z.Bsp. Waffenkata)

Meistergrade: 2. Dan

Aus diesen Techniken ist je eine Kihon-, Kombinations- und Kumiteform zu zeigen.
Diese sollten sich von der vorherigen Dan - Prüfung unterscheiden!

In der Kumite-Form muss mit Sabaki, Suri Ashi und Deai gearbeitet werden!

Stände:	Zenkutsu- / Kokutsu- / Kiba- / Jyu- / Sochin- / Hangetsu- / Nekoashi- Dachi
Abwehrtechniken:	Age- / Uchi- / Soto- / Shuto- / Morote- / Juji- / Nagashi- / Shotei-Uke / Gedan-Barai
Stosstechniken:	Oi- / Gyaku- / Tate- / Mate- / Mawashi- / Kizame- / Yama- / Ura- / Nukite- / Morote-Tsuki
Schlagtechniken:	Uraken- / Haito- / verschiedene Shuto- / Tetsui- / Koken- / Shotei-Uchi
Armtechniken:	Mae- / Gyaku- / Ushiro- / Yoko- / Otoshi-Empi
Beintechniken:	Kin- / Mae- / Hiza- / Yoko- / Mawashi- / Kakato- / Mikatsuki- / Ushiro- / Ura-Mawashi-Geri / Fumi-komi
Fegetechniken:	Ashi-Barai zwei verschiedene Variationen
Wurftechniken:	mindestens drei verschiedene Würfe die Würfe können in der Kumiteform, oder in der Selbstverteidigung gezeigt werden!
Kata:	eine Kür – Kata aus Sochin / Meikyo / Jitte oder Ji'in, der eine freie Koshinkan-Kata eine Pflicht – Kata aus den Kyu -Programmen
Bunkai:	Anwendungen aus Kür- und Pflicht - Kata
Jyu - Kumite:	Freikampf gegen mehrere Gegner (oder je nach Alter eine Lehrprobe)
Selbstverteidigung:	Angriffe werden von den Prüfern vorgegeben! (Würgen, Halten, Schlagen, Messer- Stockangriffe)
Dojo intern:	Wird vom Prüfling angesagt. (muss nicht geprüft werden)

Meistergrade: 3. Dan

Aus diesen Techniken ist eine Kihon-, Kombinations- und Kumiteform zu zeigen.
Diese müssen sich von der vorherigen Dan-Prüfung unterscheiden!

In der Koshinkan-Form muss mit Sabaki, Suri Ashi gearbeitet werden!

Stände:	Zenkutsu- / Kokutsu- / Kiba- / Jyu- / Kake- / Sochin- / Hangetsu- / Nekoashi- / Kosa-Dachi
Abwehrtechniken:	Age- / Uchi- / Soto- / Shuto- / Morote- / Juji- / Nagashi- / Shotei- / Koken-Uke / Gedan-Barai
Stosstechniken:	Oi- / Gyaku- / Tate- / Mate- / Mawashi- / Kizame- / Yama- / Ura- / Morote- / Ren- / Sambon-Tsuki
Schlagtechniken:	Uraken- / Haito- / verschiedene Shuto- / Koken- / Shotei- / Kentsui- / Tetsui-Uchi
Armtechniken:	Mae- / Gyaku- / Ushiro- / Yoko- / Otoshi-Empi
Beintechniken:	Kin- / Mae- / Hiza- / Yoko- / Mawashi- / Kakato- / Mikatsuki- / Ushiro- / Ura-Mawashi-Geri / Fumi-komi
Fegetechniken:	Ashi-Barai / Nami-Ashi
Wurftechniken:	nach eigener Wahl / mindestens drei verschiedene Würfe Die Würfe können auch in der SV gezeigt werden!
Kata:	aus Kanku Sho / Kanku Dai / Bassai-Sho oder Nijushiho ein bis zwei Katas aus Kyu- oder Dan-Programm Es kann auch eine selbst entworfene <i>Koshinkan</i> -Kata gezeigt werden
Bunkai:	alle Anwendungen aus Kür- und Pflichtkata
Jyu - Kumite:	Freikampf gegen mehrere Gegner (oder je nach Alter eine Lehrprobe)
Selbstverteidigung:	Angriffe werden von den Prüfern vorgegeben! (Würgen, Halten, Schlagen, Schwitzkasten, Messerangriff, Pistole)
Dojo intern:	wird vom Prüfling angesagt. (muss nicht geprüft werden)

Meistergrade: 4. Dan

- Koshinkan-Form:*** selbst erstellt, aus Kihon-, Kombinationen und Kunitatechniken
Teile aus dieser Form müssen mit Partner gezeigt werden.
- Kata:*** eine Kür – Kata mit Bunkai aus Gojushihio Sho, Gangaku, Bassai Sho, Unsu.
oder eine selbst erstellte ***Koshinkan***-Kata, dem Dan-Grad angemessen, die auch in der Anwendung zu zeigen ist!
Ein bis zwei Katas nach Vorgabe der Prüfer ,
aus den Kyu- oder Dan-Programmen mit Bunkai!
- Selbstverteidigungen:*** nach Vorgaben des Prüflings und Ansage der Prüfer mit der entsprechenden Erklärung bei der Durchführung.
- Dojo intern:*** nach Vorgabe des Prüflings.

Meistergrade: 5. Dan

Das Programm wird von den BPR der Stilrichtung vorgegeben!
Eine Meldung zum 5. Dan und höher, sollte mit dem Stilrichtungsreferenten frühzeitig abgesprochen werden!
Für Prüfungen ab 5. Dan muss eine Genehmigung vom Landesverband und dem DKV vorliegen!

Dieses Programm ist ab sofort für die Stilrichtung ***Koshinkan*** innerhalb des Deutschen Karate Verbandes gültig!

Haren, den 01. Februar 2008
Hans Wecks 7. Dan
Bundes - Prüfungs- und Stilrichtungsreferent