

# Gelbgurt

Das primäre Ziel vom 10.Kyu bis zum 7.Kyu Grades (orange) von einem physischen Standpunkt aus ist es, die Grundbewegungen zu lernen mit Augenmerk auf korrekte Durchführung der Technik.

## Gelbgurt 8. Kyu

Für diesen Gürtelgrad sollte der Schüler in der Lage sein, folgende Techniken mit Selbstvertrauen und ohne zu zögern vorzuführen.

---

• Kihon	- 2. Kihon Uke - Kihon Drill 1
---------	-----------------------------------

---

• Kata	- Chin Choi
--------	-------------

---

• Kumite	<u>Cat Foot Stance Training</u> F Jab F Step Jab R Reverse Punch R Step Reverse Punch F Mae Geri F Step Mae Geri R Mawashi Geri x2 (L&R) R Yoko Geri x2 (L&R) F Yoko Geri R Mawashi Geri
----------	--

---

<b>Optional:</b>	- Teikyoku Jodan
------------------	------------------

---

**Die hier aufgezählten Prüfungsanforderungen stellen einen Auszug aus der offiziellen Prüfungsordnung der SOHF dar. Jedem Sensei steht es bei der Prüfung offen von diesen Kernanforderungen abzuweichen. So können zum Beispiel**

**jederzeit Prüfungsinhalte aus vorausgegangenen Gürtelprüfungen  
geprüft werden.**