



**Allgemeiner Fragenkatalog
für die theoretische Prüfung**
(alle Stilrichtungen)

Gültig ab GV 2014

Inhaltsverzeichnis:

Vorwort, Erklärungen	Seite 3
Theoretische Prüfung zum 8. Kyu	Seite 4
Theoretische Prüfung zum 7. Kyu	Seite 5
Theoretische Prüfung zum 6. Kyu	Seite 6
Theoretische Prüfung zum 5. Kyu	Seite 7
Theoretische Prüfung zum 4. Kyu	Seite 8-9
Theoretische Prüfung zum 3. Kyu	Seite 10
Theoretische Prüfung zum 2. Kyu	Seite 11
Theoretische Prüfung zum 1. Kyu	Seite 12
Theoretische Prüfung zum 1. – 5.DAN	Seite 13-15

Vorwort, Erklärungen:

Der Fragenkatalog besteht aus zwei Teilen, und zwar dem

1. Teil (Kyu-Teil) und dem
2. Teil für die Dan-Prüfungen.

Die Fragen des 1. Teils (Kyu-Teil) sind **nicht verpflichtender** Bestandteil der **Kyu-Prüfungen** und sind als Empfehlung für die Vereinstrainer zur Vorbereitung der Karateka im Laufe deren Ausbildung gedacht. Diese Fragen sind als Anschauungsbeispiele mit entsprechenden Antwortmöglichkeiten ergänzt. Diese sind jedoch lediglich als Beispiele zu betrachten und stellen keinen Anspruch auf Vollständigkeit dar. Ergänzungen durch nähere Erläuterungen sind erwünscht und großteils auch erforderlich. Diese Antwortmöglichkeiten ersetzen nicht das Selbststudium oder die Informationen durch die Trainer.

Verpflichtend werden theoretische Fragen erst für die Prüfungen **ab dem 1. Dan** gestellt. Von der Prüfungskommission werden 3 Fragen aus dem Fragenkatalog für die Dan-Prüfungen stilrichtungsabhängig ausgewählt. Diese Fragen sind vom Prüfungskandidaten schriftlich in stichwortartiger Form zu beantworten. Die Antworten zu diesen Fragen sind von den Kandidaten selbst zu erarbeitet. Es werden keine Musterantworten vorgegeben.

Grundlegend gilt, dass alle Techniken, die in den jeweiligen Stufen trainiert und geprüft werden, mit dem japanischen Fachausdruck benannt und übersetzt werden können.

1. Teil – Theoretische Prüfung (Kyu-Teil)

Prüfung zum 8. Kyu:

1. Warum sollte man beim Training keinen Schmuck, Uhren oder Brillen tragen?

A: Um den (die) Trainingspartner(in) oder sich selbst nicht in Verletzungsgefahr zu bringen.

2. Was ist Sinn und Zweck des Verbeugens am Beginn und Ende der Trainingseinheit?

A: Das Verbeugen ist sowohl Gruß als auch Respektsbezeugung.

3. Wie kann man die Begriffe KARATE und KARATE-DO übersetzen?

A: Karate bedeutet: „leere Hand“, wobei der Silbe „leer“ einerseits philosophisch – moralische Bedeutung zugeschrieben werden kann und andererseits den Aspekt der Waffenlosigkeit ausdrückt.

Die Silbe DO („Weg“) soll das ständige Streben des Karateka auf dem Weg zur Vervollkommnung des menschlichen Charakters symbolisieren.

4. Was bedeuten die Begriffe JODAN, CHUDAN und GEDAN?

A: Jodan: obere Stufe (Kopf)
Chudan: mittlere Stufe (Brust und Bauch bis zum Gürtel)
Gedan: untere Stufe (unterhalb des Gürtels)

5. Was bedeuten die Begriffe KIHON, KATA und KUMITE?

A: Kihon: Grundschule, Basis
Kata: Form
Kumite: Kampfübung

6. Was heißt LINKS und RECHTS auf Japanisch?

A: Rechts: migi
Links: hidari

7. Was bedeutet der Begriff TAIKYOKU?

A: Setzt sich aus der Silbe Tai (groß) und Kyoku zusammen. Kyoku kann mehrere Bedeutungen haben, z.B.: als Substantiv „Pol“ oder „Ende“, als Adjektiv „extrem“ oder als Verb „bis zum Ende gehen“, „durchdringend studieren“ oder „das Extreme erreichen“. Der Begriff hat stark philosophischen Charakter und wird an anderer Stelle als Ausdruck für den Makrokosmos vor seiner Aufspaltung in Himmel und Erde, sprich „Chaos“ oder „Leere“ interpretiert.

1. Teil – Theoretische Prüfung (Kyu-Teil)

Prüfung zum 7. Kyu:

8. Wie kann man den Begriff „Dojo“ übersetzen?

A: Ort des Weges
Trainingsraum (s. auch Frage 3)

9. Was macht man beim Betreten des Dojo?

A: Man zeigt Respekt vor der Kunst des Karate, vor den früheren und jetzigen Meistern dieser Kunst, vor den Übenden, indem man sich vor Betreten des Übungsraumes im Stehen verneigt (Ritsu Rei).

10. Wie lautet das Kommando des Lehrers für das gegenseitige Grüßen?

A: „musubi dachi“ (Einnehmen der Bereitschaftsstellung mit geschlossenen Fersen), gefolgt vom Kommando „rei“

11. Was bedeuten die Kommandos „Yoi“, „Hajime“ und „Yame“?

A: Yoi: Achtung! Einnehmen der Grundstellung „Shizen tai“
Hajime: Fangt an!
Yame: Halt!

12. Wie heißen die Zahlen 1-10 auf Japanisch?

A: 1 = ichi	6 = roku
2 = ni	7 = shichi oder nana
3 = san	8 = hachi
4 = shi oder yon	9 = kyu oder ku
5 = go	10 = ju

13. Was bedeutet der Begriff DACHI?

A: Stand, Stellung

14. Was bedeutet der Begriff KARATEKA?

A: Person, welche die Kunst des Karate do ausübt.

1. Teil – Theoretische Prüfung (Kyu-Teil)

Prüfung zum 6. Kyu:

15. Wie kann man den Begriff SEIZA übersetzen und wann wird er vom Lehrer verwendet?

A: *Seiza bedeutet „Sitzen“, wobei man sich in kniender Haltung, bei aufrechtem Oberkörper auf die Fersen setzt. Wird vom Lehrer meist zur Einstimmung und zum Ausklang des Trainings für eine kurze Meditation (mokuso) angewandt.*

16. Wozu begibt man sich am Anfang und am Ende des Trainings in die knieende Position?

A: *Mit dem Kommando „Seiza“ begibt man sich in diese unbewegte Haltung, um zu meditieren (mokuso). Ziel ist die Einstimmung auf das bevorstehende Training bzw. mentale Reflexion wichtiger Aspekte des vergangenen Trainings.*

17. Was bedeuten die Begriffe TSUKI-WAZA, UCHI-WAZA, KERI-WAZA und UKE-WAZA?

A: *Tsuki-Waza: Stoßtechnik
Uchi-Waza: Schlagtechnik
Keri-Waza: Beintechnik
Uke-Waza: Blocktechnik*

18. Was bedeuten die Begriffe HEIAN oder PINAN? (für Shotokan-, Shito-, Wado-Ryu)

A: *Heian: Zusammengesetzt aus den Schriftzeichen für „heiwa“ und „antei“
Bedeutung: „Frieden“ und „Ruhe“
Pinan: Synonymer Begriff für „Heian“*

Was bedeutet der Begriff GEKISAI? (für Gojo- und Shito-Ryu,)

A: *Gekisai: „Angreifen und Zerschmettern“*

19. Was bedeuten die Begriffe HIKI-ASHI und HIKI-TE?

A: *Hiki-ashi: Zurückziehen des Fußes; deutliches Zurückschnappen des Unterschenkels nach Ausführung einer Beintechnik.
Hiki-te: Zurückziehen der Hand; Anlegen der Faust an die Hüfte unter Beachtung der korrekten Ellbogenposition.*

20. Was bedeutet der Begriff ZANSHIN?

A: *Wachsamkeit; nicht-haftende Aufmerksamkeit*

21. Was bedeutet der Begriff GYAKU?

A: *Gegenseite, gegenseitig*

1. Teil – Theoretische Prüfung (Kyu-Teil)

Prüfung zum 5. Kyu:

22. Wie heißen die drei grundlegenden Elemente des Karate-Do?

A: *Kihon, Kata und Kumite.*

23. Was ist der grundlegende Unterschied zwischen Grundschule und Freikampf?

A: *Kihon bedeutet Grundschule: Erlernen und Üben der technischen, körperlichen und geistigen Voraussetzungen ohne Partner.
Kumite bedeutet Kampfübung mit Partner*

24. Wie lautet die japanische Bezeichnung für den Kampfschrei und was bedeutet dieses Wort?

A: *Kiai; setzt sich zusammen aus der Silbe für ki (Energie) und ai (Zusammenkommen, Harmonie). Der Kampfschrei stellt die Vereinigung von geistiger und körperlicher Energie zu einem Zeitpunkt höchstmöglicher Konzentration dar.*

25. Was bedeuten die Begriffe MAE, YOKO, MAWASHI?

A: *mae: vorwärts
yoko: seitwärts
mawashi: (Halb-)Kreis.....; in Zusammenhang mit jeweiligen Technikbezeichnungen (z.B.: Mawashi Geri = Kreisfußschlag)*

26. Was bedeuten die Begriffe AGE, SOTO, UCHI?

A: *age: heben, aufwärts
soto: außen
uchi: innen*

27. Was bedeutet BUNKAI, und wie wird es trainiert?

A: *zerlegen, analysieren, auseinandernehmen; Üben einzelner Katasequenzen mit Partnern*

28.

29. Was sollte das oberste Ziel jedes KARATEKA sein?

A: *Oberstes Ziel im Karate do ist nicht Sieg noch Niederlage – der wahre Karatekämpfer strebt nach der Vervollkommnung seines Charakters (Funakoshi Gichin).*

30.

31. Was bedeutet EMBUSEN?

A: *Schrittdiagramme der Kata*

1. Teil – Theoretische Prüfung (Kyu-Teil)

Prüfung zum 4. Kyu:

32. Was bedeutet der Begriff KIME bzw. KIME-WAZA?

A: *Entscheidung, entscheidende Technik; Endstellung, Brennpunkt, Fokus.
Konzentration der Kraft des gesamten Körpers im Augenblick des Auftreffens der Technik.*

33. Wie heißen die vier japanischen Haupt-Stilrichtungen, und wie kann man diese Begriffe übersetzen?

A: *goju-ryu: go (hart), ju (weich)
shito-ryu: Setzt sich zusammen aus den japanischen Anfangsilben der Familiennamen der Meister Itosu Anko und Higashionna Kanryo (Lehrer des Stilgründers Mabuni Kenwa).
shotokan-ryu: shoto (Rauschen in den Kiefern), kan (Halle, großes Gebäude); shoto war der Künstlernaume des Stilgründers Funakoshi Gichin als Verfasser von Gedichten. Shotokan war der Name des damaligen Dojo.
wado-ryu: Weg der Harmonie*

34. Nenne vier Beinstellungen, die für Deine Stilrichtung typisch sind!

A:	<i>goju-ryu</i>	<i>shito-ryu</i>	<i>shotokan-ryu</i>	<i>wado-ryu</i>
	<i>sanchin dachi</i>	<i>moto dachi</i>	<i>zenkutsu dachi</i>	<i>zenkutsu dachi</i>
	<i>shiko dachi</i>	<i>shiko dachi</i>	<i>kiba dachi</i>	<i>seishan dachi</i>
	<i>neko ashi dachi</i>	<i>tsuru ashi dachi</i>	<i>kokutsu dachi</i>	<i>neko ashi dachi</i>
	<i>heiko dachi</i>	<i>naihanchi dachi</i>	<i>hangetsu dachi</i>	<i>naihanchi dachi</i>

35. Was bedeuten die Begriffe SHODAN, NIDAN, SANDAN, YONDAN, GODAN? (für Shotokan-, Shito-, Wado-Ryu)?

A: *shodan: Grundstufe
nidan: zweite Stufe
sandan: dritte Stufe
yondan: vierte Stufe
godan: fünfte Stufe
Diese Bezeichnungen werden sowohl für Grundkata (Heian/Pinan) verwendet als auch für die Benennung der ersten fünf Dan-Graduierungen.*

Was bedeuten die Begriffe DAI und SHO bzw. ICHI, NI und SANCHIN? (für Goju-Ryu)

A: *dai: groß
ichi: eins
ni: zwei
sanchin: „drei Phasen“; gemeint sind „jodan“, „chudan“, „gedan“*

36. Was bedeuten die Begriffe KEAGE und KEKOMI?

A: *keage: geschnappte Technikausführung (Schlagtechnik)
kekomi: gestoßene Technikausführung (Stoßtechnik)*

37. Was bedeuten die Begriffe KYU und RYU?

A: *kyu:* Stufe (Graduierung weiß bis braun)
ryu: Schule, Stil(richtung).

38. Was bedeuten die Begriffe IPPON, NIHON, SANBON und YONHON?

A: *ippon:* einfach
1 Punkt (Wettkampf)
kihon ippon kumite = Grundschul-Einschritt-Kampf
Ippon nukite = Ein-Fingerspitzen-Stich
nihon: zweifach
2 Punkte (Wettkampf)
nihon zuki = zweifacher Fauststoß
nihon nukite = Zwei-Fingerspitzen-Stich
sanbon: dreifach
3 Punkte (Wettkampf)
sanbon zuki = dreifacher Fauststoß
yonhon: vierfach
yonhon nukite = Vier-Fingerspitzen-Stich

1. Teil – Theoretische Prüfung (Kyu-Teil)

Prüfung zum 3. Kyu:

39. Nenne grundlegende Merkmale einer KATA!

- A:
- jede Kata beginnt mit einer Abwehrtechnik
 - jede Kata beginnt und endet an demselben Punkt
 - jede Kata hat eine festgelegte Abfolge der Techniken
 - jede Kata hat ein bestimmtes Schrittdiagramm

40. Nenne drei grundlegende Partnerübungen (KUMITE)!

- A:
- gohon kumite (grundschulmäßiger Fünfschrittkampf)
 - kihon ippon kumite (grundschulmäßiger Einschrittkampf)
 - jiyu ippon kumite (halbfreier Einschrittkampf)

41. Wie bezeichnet man einen Schlagpolster auf Japanisch?

- A: makiwara; besteht aus gewickeltem Reisstroh.

42. Was bedeutet der Begriff HARA?

- A: Hara heißt wörtlich Bauch: Zentrum des Körpers; Sitz des Energiezentrums ca. 3 cm unterhalb des Bauchnabels, „die Erdmitte des Menschen“ (Karlfried Graf Dürckheim);

43. Was bedeutet der Begriff USHIRO?

- A: ushiro: rückwärts

44. Nenne drei Aspekte für die Ablegung einer Graduierungsprüfung!

- A:
- Demonstration des Fortschrittes in technischer und geistiger Hinsicht;
 - Demonstration des richtigen Verständnisses für den jeweiligen Prüfungsabschnitt
 - Streben, in die nächsthöhere Entwicklungsstufe des Karate-do aufzusteigen.

45. Übersetze das Wort

TEKKI	(für Shotokan-Ryu)
NAIHANSHI	(für Wado-Ryu)
TENSHO	(für Goju-Ryu)
JUROKU	(für Shito-Ryu)!

- A:
- | | |
|------------|--|
| tekki: | die zwei Silben bedeuten „Eisen“ und „Reiter“.
Symbolisch für die feste Stellung in kiba dachi. |
| naihanchi: | „seitwärts kämpfen“ |
| tensho: | „wechselndes Greifen“ oder „drehende Hand“ |
| juroku: | „sechzehn“ |

1. Teil – Theoretische Prüfung (Kyu-Teil)

Prüfung zum 2. Kyu:

46. Wie heißt der Begründer Deiner Stilrichtung?

A: *goju-ryu:* *Miyagi Chojun*
 shito-ryu: *Mabuni Kenwa*
 shotokan-ryu: *Funakoshi Gichin*
 wado-ryu: *Otsuka Hironori*

47. Welcher Meister brachte das Karate aus Okinawa nach Japan?

A: *Funakoshi Gichin*

48. Was bedeutet der Begriff BASSAI DAI, und was sind die Charakteristika dieser KATA? (für Shotokan- und Shito-Ryu)

A: „Die Mauer zerstören – groß“ („die Festung erstürmen“)

Was bedeuten die Begriffe SAIFA und TENSHO, und was sind die Charakteristika dieser KATA? (für Goju-Ryu)

A: *Saifa:* „zerschmettern und in Stücke reißen“; der letzte Hauptpunkt“
 Tensho: „wechselndes Greifen“ oder „drehende Hände“

Was bedeutet der Begriff KUSHANKU, und was sind die Charakteristika dieser KATA? (für Wado-Ryu)

A: *kushanku:* Name eines chinesischen Kampfkunstexperten

49. Erkläre mit eigenen Worten die Bedeutung des Wortes OSS.

A: *phonetische Übertragung aus zwei Schriftzeichen für osu (stoßen, drücken) und shinobu (ertragen, erdulden, erleiden). die übertragene Bedeutung des Wortes oss reicht vom alltäglichen Gruß bis hin zur Bedeutung „danke“, „bitte“ oder „ich habe verstanden“.*

50. Was bedeutet KATA-KIHON, und welchen Zweck verfolgt das Training desselben?

A: *Training der Technikelemente einer Kata in Form der Grundschule (Kihon) zu trainieren. Zweck ist die Übung der Beidseitigkeit bzw. Vielseitigkeit der Techniken in verschiedenen Stellungen und Angriffsstufen.*

51. Beschreibe mit eigenen Worten den Unterschied zwischen einem OI ZUKI (JUNZUKI) und einem KIZAMI-ZUKI?

A: *oi zuki:* *wird aus dem Vorwärts- oder Rückwärtsgehen in zenkutsu dachi ausgeführt, wobei die Hüfte gerade bleibt.*
 kizami zuki: *wird als kurzer Prellstoß im Vorgehen (steppen) ausgeführt, wobei die Hüfte gerade oder abgedreht sein kann.*

52. Worin besteht der Unterschied zwischen ZA REI und RITSU REI?

A: *za rei:* *Gruß wird aus seiza ausgeführt. Beide Hände werden zur Verbeugung flach auf den Boden gelegt (zuerst die linke und dann die rechte Hand).*
 ritsu rei: *Gruß wird im Stehen als Verbeugung aus musubi dachi mit seitlich an den Oberschenkeln anliegenden Händen ausgeführt.*

1. Teil – Theoretische Prüfung (Kyu-Teil)

Prüfung zum 1. Kyu:

**53. Was bedeutet der Begriff JION, und was sind die Charakteristika dieser Kata?
(für Shotokan- Ryu)**

A: „Liebe und Güte“

**Was bedeutet der Begriff SEIENCHIN, und was sind die Charakteristika dieser KATA?
(für Goju- und Shito-Ryu)**

A: „Ruhe im Sturm“, „Die Kontrolle übernehmen“, „Ergreifen und in den Kampf hereinziehen“

**Was bedeutet der Begriff CHINTO, und was sind die Charakteristika dieser KATA?
(für Wado-Ryu)**

A: "Kranich auf dem Felsen " oder "Kämpfer gegen Osten"

54. Wie bezeichnet man Angreifer/Verteidiger im Partnertraining?

A: Angreifer: *tori*
Verteidiger: *uke*

55. Nenne drei Partnerübungen (KUMITE) außer GOHON-KUMITE, KIHON-IPPON-KUMITE und JIYU-IPPON-KUMITE

A: *kaeshi ippon kumite,*
happo kumite,
okuri kumite,

56. Was bedeuten die Begriffe SHOMEN, HANMI und GYAKU HANMI?

A: *shomeni:* nach vorne, Frontalstellung der Hüfte in *zenkutsu dachi*
hanmi: „halber Körper“; Oberkörper ist um etwa 45° zur Frontalstellung abgedreht.
gyaku hanmi: „entgegengesetzter halber Körper“; Oberkörper ist um etwa 45° zur Frontalstellung in *gyaku*-Richtung abgedreht.

57. Was bedeuten die Begriffe SHITEI KATA , TOKUI KATA?

A: *shitei kata:* Pflicht-Kata; Gruppe von Kata, die von verschiedenen Gürtelgraden beherrscht werden sollte.
tokui kata: Wahl-Kata; Gruppe von Kata, aus der für Wettkämpfe oder Prüfungen frei ausgewählt werden darf

2. Teil – Theoretische Prüfung (DAN-Teil)

Prüfungen 1. - 5.DAN:

1. - 57. Die im 1. Teil aufgelisteten Fragen sind ebenfalls Gegenstand für Dan-Prüfungen!

58. Nenne einige der Nijukun Funakoshis, die für Dich Bedeutung haben!

Vergiss nie: Karate beginnt mit Respekt und endet mit Respekt.
 Im Karate gibt es keinen ersten Angriff.
 Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit.
 Erkenne zuerst dich selbst, dann den anderen.
 Der Geist ist wichtiger als die Technik.
 Lerne deinen Geist zu kontrollieren und befreie ihn dann von Unnützem.
 Unglück geschieht immer durch Unachtsamkeit.
 Karate findet nicht nur im Dōjō statt.
 Die Ausbildung im Karate umfasst dein ganzes Leben.
 Verbinde dein alltägliches Leben mit Karate, dann wirst du geistige Reife Erlangen.
 Karate ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn du es nicht ständig warm hältst.
 Denke nicht ans Gewinnen, doch denke darüber nach, wie du nicht verlierst.
 Verändere ständig deine Verteidigung gegenüber dem Gegner.
 Der Kampf hängt von der Handhabung deiner Treffsicherheit ab.
 Stelle Dir Deine Hand und Deinen Fuß als Schwert vor.
 Sobald man vor die Tür tritt, findet man eine Vielzahl von Feinden vor.
 Feste Stellungen gibt es für Anfänger, später bewegt man sich natürlich.
 Die Kata darf nicht verändert werden, im Kampf jedoch gilt das Gegenteil.
 Vergiss nicht: hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell –
 alles in Verbindung mit der richtigen Atmung.
 Denk immer nach und versuche dich ständig an Neuem.

59. Wie lauten die fünf „Dojo Regeln“ (Sakugawa)?

Es ist wichtig, nach der Vervollkommnung des Charakters zu streben.
 Es ist wichtig, den Weg der Aufrichtigkeit zu bewahren.
 Es ist wichtig, den Geist der Bemühung zu entfalten.
 Es ist wichtig, höflich zu sein.
 Es ist wichtig, sich vor übertriebener Leidenschaft zu hüten.

60. Was bedeuten die Ausdrücke KAMAETE, MAWATE, KIRIKAE, MOKUSO, SHOMEN NI REI, OTAGAI NI REI, SENSEI (SHIHAN) NI REI, KIRITSU, IRIMI, TAI SABAKI, ASHI SABAKI?

KAMAETE	Körperhaltung einnehmen
MAWATE	Wendet!
KIRIKAE	Umsetzen, Wechsel
MOKUSO	Meditation
SHOMEN NI REI	Gruß nach vorne
OTAGAI NI REI	Gruß zu den Mitübenden
SENSEI (SHIHAN) NI REI	Gruß zum Lehrer (Meister)
KIRITSU	Steht auf!
IRIMI	Mit dem ganzen Körper in die Technik hineingehen
TAI SABAKI	Körperbewegung
ASHI SABAKI	Bewegung der Füße

61. Was bedeuten die Ausdrücke KAMAE, TE, ASHI, und nenne einige Beispiele (Wortverbindungen)?

KAMAE (Gamae)	Kampfhaltung, konzentriert auf Verteidigung oder Konter
TE	Hand
ASHI	Fuß

62. Was bedeuten die Begriffe SEMPAI, KOHEI, DOHEI, SENSEI und SHIHAN?

SEMPAI	Vorgänger
KOHEI	Nachfolger
DOHEI	gleichzeitiger Kollege
SENSEI	Lehrer, Meister
SHIHAN	Großmeister der traditionellen Künste

63. Was bedeuten die Begriffe MUDANSHA, YUDANSHA und KODANSHA?

MUDANSHA:	8. - 5. Kyu (Unterstufe) und 3. - 1. Kyu (Oberstufe)
YUDANSHA:	1. - 4. Dan
KODANSHA:	5. - 10. Dan

64. Was bedeuten die folgenden Kata-Namen, und was sind die Charakteristika dieser Kata?

shotokan-ryu		wado-ryu	
Enpi (Empi)	„Flug der Schwalbe“	Jion	„Liebe und Güte“
Kanku dai	„Blick zum Himmel, groß“	Jitte	„Technik der Gnade“
Kanku sho	„Blick zum Himmel, klein“	Wanshu	Name eines Meisters
Bassai dai	„Festung erstürmen, groß“	Kushanku	Name eines Meisters
Bassai sho	„Festung erstürmen, klein“	Seishan	„13 (Hände)“, „13 (Formen)“
Hangetsu	„Halbmond“	Rohai	„Vision eines Kranichs“
Jion	„Liebe und Güte“	Chinto	„Kämpfen nach Osten“
Jitte	„Technik der Gnade“	Niseishi	„24 (Schritte)“
Jiin	„Mitgefühl und Unterstützung“		
Meikyo	„klarer Spiegel“		
Nijushiho	„24 (Schritte)“		
Sochin	„Stärke und Ruhe“		
Gankaku	„Kranich auf dem Felsen“		
Wankan	„Königskrone“		
Chinte	„seltene Hand“, „seltsame Hand“		
Gojushiho sho	„54 Schritte klein“		
Gojushiho dai	„54 Schritte, groß“		
Unsu	„Wolkenhand“		

goju-ryu	shito-ryu
Seisan „13 (Hände)“, „13 (Formen)“	Kushanku Name eines Meisters
Sanseiru „36 (Hände)“	Kosokun sho Name eines Meisters Kosokun = Kushanku sho = klein
Shisochin „Kampf in 4 Richtungen“	Shiho kosokun Name eines Meisters
Seipai „18 (Hände)“	Jion „Liebe und Güte“
Kururunfa „17 (Hände)“, „Halten der Mitte“	Jitte "Technik der Gnade"
Suparinpei „108 (Hände)“	Jiin „Mitgefühl und Unterstützung“
Gekisai „Angriff und Zerstörung“	Wanshu Name eines Meisters
Saifa „Zerschmettern und in Stücke reißen“	Tomari bassai Tomari = Stadt in Okinawa bassai = "Festung erstürmen"
Seienchin „Ruhe im Sturm“, „Die Kontrolle übernehmen“	Matsumura bassai Matsumura = Name eines Meisters Bassai = "Festung erstürmen"
Sanchin „3 Schlachten“, „3 Konflikte“, „3 Phasen“ (Geist, Körper, Seele)	Bassai sho Bassai = "Festung erstürmen" sho = groß
Tensho „Wechselnde Griffe“ oder „Drehende Hände“	Nipaipo "28 Schritte", "28 Schläge"
	Chinte „seltene Hand“, „seltsame Hand“
	Gojushiho (Useishi) "54 Schritte"
	Sochin „Stärke und Ruhe“
	Niseishi „24 (Schritte)“
	Seisan „13 (Hände)“, „13 (Formen)“
	Shisochin „Kampf in 4 Richtungen“
	Sanseiru „36 (Hände)“
	Kururunfa „17 (Hände)“, „Halten der Mitte“
	Seipai „18 (Hände)“
	Suparinpei „108 (Hände)“
	Shinpa „neuer Bruch“, „neuer Riß“
	Ananko "Licht des Südens"
	Nipaipo "28 Schritte", "28 Schläge"
	Matsumura rohei Matsumura = Name eines Meisters rohei = Vision eines Kranichs“
	Chatanyara Kushanku Namen zweier Meister
	Annan Name einer chinesischen Stadt
	Heiku „schwarzer Tiger“
	Paiku „weißer Tiger“
	Pachu „einen Ball wirbeln“
	Ananko „Licht aus dem Süden“
	Chinto "Kämpfen nach Osten"
	Juroku „16“
	Matsukaze (Wankan) „Königskrone“
	Hakutsuru „weißer Kranich“