Liebe Karateka,

zum Abschluss des Anfängerkurses findet bald eure erste Gürtelprüfung statt.

Informationen zur Prüfung:

1. Die Prüfung findet, wie das reguläre Training, **in der Sport Mittelschule Schwanenstadt bzw. im Budokan Wels** statt.
2. Wir bitten euch rechtzeitig zu erscheinen! (Mind. 15 Minuten früher)
3. Unter Aufsicht eines Prüfers werden die Karateka ihre erworbenen Kenntnisse demonstrieren.
4. Nach der Prüfung wir das Ergebnis bekannt gegeben und die Karateka erhalten eine Urkunde und den neuen Gürtel.
5. Die Prüfungsanmeldung ist spätestens 1 Woche vor der Prüfung abzugeben. Bitte die gewünschte Gürtellänge bekanntgeben, damit wir die richtigen Gürtel organisieren können.

Das solltest du können:

Stellung: Zenkutsu dachi
Angriffe: Oi-zuki, Mae-geri
Abwehr: Age-uke, Soto-uke, Gedan-barai, Uchi-uke
Kata: Taikyoku shodan
Eine Partnerübung

Theorie:
Warum sollte man beim Training keinen Schmuck, Uhren oder Brillen tragen?
Was ist Sinn und Zweck des Verbeugens am Beginn und Ende der Trainingseinheit?
Wie kann man KARATE-DO übersetzen?
Was bedeuten die Begriffe JODAN, CHUDAN und GEDAN?

Nachdem du den Anfängerkurs mit der ersten Gürtelprüfung beendet hast, erhältst du ein **Vereins-Anmeldeformular**. Mit dem Eintritt in unseren Verein stehen dir nun alle (für dich geeigneten) Trainings zur Verfügung.
Die Trainingszeiten findest du hier: www.karatedo.at/training

Wir wünschen dir viel Glück bei der Gürtelprüfung!