

Prüfungsprogramm Arnis / Escrima



Deutscher Kobudo Verband e.V.

Prüfungsvoraussetzungen für Schülergrade

- ab 4.Kyu: Wartezeit erfüllt (3 Monate, bei 1. Kyu : 6 Monate)
- mindestens 2 anerkannte Lehrgänge pro Graduierung und Erlaubniss des Heimtrainers

5. Kyu : Kleidung: schwarze Hose, weißes T-Shirt, Aufdruck gelb

Schlagübung:

Schlag 1- 4 auf Ziel (z.B. Stock oder Polster)

Schlag 1- 4 mit Abstoppen

Angriffe: Schlag 1- 4 und Stich (5)

Abwehr: Abwehr und ein Konter

Sinawali: Einfaches Einstocksinawali, einfaches Doppelstocksina wali

Anyo (Form) oder Freikampf

4. Kyu: Kleidung: schwarze Hose, weißes T-Shirt , Aufdruck orange

Angriffe: Schlag 1- 4 und Stich (5) verschiedene Höhen und Winkel

Abwehr: Block und freier Konter - Konter mit butstrike - Entwaffnung

Sinawali: Doppelstocksina wali (heaven – earth) in Bewegung

3. Kyu: Kleidung: schwarze Hose, weißes T-Shirt, Aufdruck grün

Schlagübung mit Gleitschritt und flankieren (Ausdrehen) - Körpereinsatz

Schlag 1- 4 auf Ziel (z.B. Stock oder Polster)

Schlag 1- 4 mit Abstoppen

Abanico

Einstockdrill mit Partner

Abwehr: 2er Universalabwehr und mehrere Konter. Einsatz der waffenlosen Hand.
Entwaffnungen.

Waffenlos SV: Abwehr Faust- und Fußangriffe, Haltegriffe...

Sinawali: Doppelstocks sinawali (heaven – earth) mit Schrittarbeit (Dreieckschritte),
Variationen, Spiegeln

Anyo (Form) oder Freikampf

2. Kyu: Kleidung: schwarze Hose, weißes T-Shirt, Aufdruck blau

Freies Abwehren von Stockangriffen. Variationen – Entwaffnungen – Hebel ...
Freie Aufgabenstellung durch Prüfer

Waffenlos SV:
Abwehr Faust- und Fußangriffe. Hebeltechniken...

Sinawali: Doppelstocks sinawali, Variationen, Spiegeln
Anyo (Form) oder Freikampf

1. Kyu: Kleidung: rote Hose, schwarzes T-Shirt

Freier flowdrill – freies Abwehren von Stockangriffen

Abwehr Faust- und Fußangriffe. Hebel. Kontrolltechniken
Freie Aufgabenstellung durch Prüfer

Sinawali: Doppelstocks sinawali, Variationen, Spiegeln, Redonda, Abanico

Anyo (Form) oder Freikampf

Alle Ausbildergrade (Antas, Dangrade) :

Müssen vom Vorstand genehmigt werden. Bewerbungen 2 Monate vor Prüfung.

Ausbildergrad 1: Kleidung: rote Hose, rotes T-Shirt

Prüfungsvorraussetzung:
Wartezeit 1 Jahr
Besuch von 2 Ausbilderlehrgängen

Freie Abwehr von Stockangriffen

Prüfungsprogramm: wird vom Prüfling selbst zusammengestellt.
Es sollen Elemente aus allen Teilaspekten des Arnis/ Escrima gezeigt werden.

Pflicht: Freie Abwehr von Stockangriffen.
Abwehr von freien Faust- und Fußangriffen. Kombinationen.

Taktik: Kampf gegen mehrere Gegner

Ein individueller Schwerpunktteil soll frei vorgetragen werden.
Stichprobenweise Überprüfung aus allen Bereichen.

Freikampf und Anyo