



I-SHIN

8.Kyu - Weiß-gelbgurt

Der weiß-gelbe Gürtel ist der Anfang vom Anfang. Er soll einen ersten Vorgeschmack auf die kommenden Aufgaben bieten.

Stand Oktober 2010

Theorie

- * Zahlen 1-5
- * Yoi! Achtung
- * Yamee! Aufhören
- * Anfangszeremonie mitmachen können

Ukemi

- * schaukeln und Beine wechseln
- * Vorwärtsrolle aus dem Kniestand
- * Rückwärtsrolle aus dem Stand

Besonderheit

- * Der Schritt zum weiß-gelben Gürtel wird innerhalb einer Trainingsstunde geprüft. Die Anweisungen der Trainier_innen müssen im Techniktraining und bei den Spielen umgesetzt werden können. Die Techniken sind bei diesem Gürtel und der Altersgruppe fast vollständig in Spielen verpackt.

