

## Prüfungsordnung:Kickboxen

Schwarzer Gurt 5.Stufe      36 Monate Trainingszeit

- Grundübungen:**      Richtiger Umgang mit Trainingsgeräten(Pratzen,Sandsack usw.)  
Fehler und Korrektur bei Schülern im Bereich Technik :  
                                 Semikontakt/Vollkontakt  
(Boxtechnik,Kicktechnik,Verhalten im Sparring und Wettkampf)  
Aufbau muss vor Prüfungsbeginn schriftlich vorgelegt werden
- Demonstration:**      Demonstration der einzelnen Teile mit anderen Teilnehmern oder  
ersatzweise mit mehreren Schülern
- Bruchtest:**              Freiwillig und frei wählbar
- Selbstverteidigung:**      Hebel und Haltegriffe
- Praxis:**                      Wie 4.Stufe Schwarzer Gurt  
**Theorie:**                      Wie 4.Schwarzer Gurt

Schwarzer Gurt 6.Stufe      36 Monate Trainingszeit

- Grundübungen:**      Aufbau einer Trainingsstunde unter sportlichen Gesichtspunkten.  
Inhalt Semikontakttraining(Anmerkung:Semikontakttraining  
ist völlig anders als Vollkontakttraining siehe 4.Dan,also bitte  
nicht gleichstellen)
- Demonstration:**      Demonstration der einzelnen Teile mit anderen Teilnehmern oder  
ersatzweise mit mehreren Schülern
- Bruchtest:**              Freiwillig und frei wählbar
- Selbstverteidigung:**      Abwehr verschiedener bewaffneter und unbewaffneter Angriffe
- Praxis:**                      Wie 5.Stufe Schwarzer Gurt  
**Theorie:**                      Wie 5.Stufe Schwarzer Gurt