

Ausbildungs- und Prüfungsordnung

Shaolin Kempo Dan Kollegium der DWF e.V.

Diese Ausbildungs- und Prüfungsordnung wurde erstellt, um den Trainern und Prüfern eine gemeinsame Basis für ihre Arbeit zu schaffen.

Themenübersicht

1. Begriffsbestimmung
2. Aufbau der Ausbildung
 - 2.1. Grundsul- und Basistechniken
 - 2.2. Partnerübungen
 - 2.3. Kempo-Formen
 - 2.3.1 für Schülergrade und Meistergrade
 - 2.4. Freikampf
 - 2.5. Selbstverteidigung
 - 2.6. Einheitlicher Gruß
3. Prüfungsinhalte für Kyu-Grade
4. Prüfungsinhalte für Dan-Grade
5. Zuständigkeit

1. Begriffsbestimmung

Die Ausbildungsordnung legt die Techniken so fest, dass sich ein logischer Aufbau von Gürtelgrad zu Gürtelgrad ergibt. Sie bestimmt die Techniken, die dem jeweiligen Gürtelgrad zugeordnet werden.

Während der Ausbildung ist die normale körperliche Konstitution des Schülers zu berücksichtigen.

Die Prüfungsordnung bestimmt: a. die Kenntnisse, Fähigkeiten und Techniken, die für den entsprechenden Gürtelgrad gezeigt werden müssen
b. die Kriterien, nach denen die Prüfer vorzugehen haben

In der Prüfung ist die normale körperliche Belastbarkeit des Prüflings zu beachten.

Gepüft werden alle Kyu-Grade und die Dan-Grade bis zum 5. Dan einschließlich.

2. Aufbau der Ausbildung

2.1. Grundschul- und Basistechniken

Grundschul- und Basistechniken sind das Fundament des Shaolin Kempo und müssen daher sehr solide sein. Hier bekommt der Schüler sein Rüstzeug für die anderen Ausbildungselemente, hier entwickelt und prägt er seinen Stil.

Daher sollten Lehrer und Trainer von Anfang an viel Wert auf die exakten Ausführungen der Techniken legen.

Die Grundschule umfasst: - alle Standpositionen
- alle Hand-, Faust- und Ellenbogentechniken
- alle Knie- und Fußtechniken
- Angriffe sowie Abwehrtechniken aus dem Stand
- Wurf- und Hebeltechniken

Zu den Basistechniken gehören: - alle Ein- und Zweischrittangriffe
- alle Ein- und Zweischrittabwehrbewegungen
- das Schrittdiagramm

2.2. Partnerübungen

Die Partnerübungen als festgelegte Form und Reihenfolge von Techniken, sollen den Lernenden in die Lage versetzen, Bewegungsabläufe in fließender Form nacheinander auszuführen.

Hierbei sollte das Augenmerk hauptsächlich auf den korrekten Ausweichbewegungen mit gleichzeitiger Abwehr und nachfolgender Kontertechnik liegen. Die Genauigkeit der Abwehr- und Kontertechniken richtet sich nach dem Ausbildungsstand des Lernenden sowie nach seiner normalen körperlichen Konstitution.

Die Partnerübungen für Anfänger bestehen aus 10 Verteidigungen, auch als Ippon-Kumite bekannt. Es sind festgelegte einfache Angriffe, Abwehr- und Kontertechniken.

Die Partnerübungen für Schüler umfassen 30 festgelegte Übungen, die aus einem oder mehreren Angriffen mit mehreren Abwehr- und Kontertechniken bestehen, die auch als Kempo-Kumite einheitlich, wie in dem beim Palisander Verlag erschienenen Shaolin-Kempo/Kung Fu Buch sowie die in den Shaolin Kempo Lehrbriefen dargestellten Techniken auf Prüfungen gezeigt werden. Die Partnerübungen für Fortgeschrittene umfassen 10 Blockformen.

2.3. Kempo-Formen

2.3.1. für Schülergrade und Meistergrade

Als Grundlage sollen wie bisher die dargestellten Techniken in dem beim Palisander Verlag erschienenen Shaolin-Kempo/Kung-Fu Buch dienen.

Das Erkennen und das Üben der Formen stellt die höchste Anforderung an die Beherrschung der Techniken, an den Körpereinsatz und die Körperbeherrschung, sowie an die Geschmeidigkeit des Schülers. Im Wesentlichen durch den fließenden Übergang von einer Technik in die andere, den Zusammenhang zwischen Abwehr und Gegenangriff, bekommt sie Ausdruck.

Eine Form hat keinen eintönigen Ablauf. Sie hat einen dynamischen Rhythmus, hat Steigerungen der Ausführungsgeschwindigkeit und auch langsamere Abläufe.

Jeder Lehrer und Prüfer muss also darauf achten, dass diese Formen nicht einfach abgelaufen werden, sondern dass jeder Ausführende bemüht ist, konzentriert und sicher seine Form zu zeigen, um damit das hinter ihm stehende Kampfsportsystem zu repräsentieren.

Die Formen bestehen aus jeweils 5 festgelegten Schüler- und Meisterformen mit Abwehr- und Kontertechniken gegen mehrere imaginäre Gegner, die aus verschiedenen Himmelsrichtungen angreifen.

2.4. Freikampf

Im Freikampf soll der Schüler die Möglichkeit erhalten, seine Reaktionsfähigkeit, seine Schnelligkeit, seine Kraft und seine Ausdauer zu erhöhen, um damit wiederum seine Körper- und Selbstbeherrschung zu vervollkommen. Gerade von Lehrern, Trainern und Prüfern muss auf eine gute, dem Ausbildungsstand des Schülers entsprechende Körper- und Selbstbeherrschung geachtet werden.

Im Freikampf steht der Schüler, während des Trainings, gegen andere Schüler seines Vereins, oder wettkampfmäßig auf Verbands-ebene gegen fremde Gegner.

2.5. Selbstverteidigung

Durch die Selbstverteidigungstechniken soll der Schüler in der Lage sein, sich auch aus Haltepositionen, Stock- und Messerangriffen etc. zu befreien.

Es sollte darauf geachtet werden, dass ein gutes Gleichgewicht zwischen Hebel-, Wurf-, Faust- und Fußtechniken besteht.

Eine zweckmäßige Selbstverteidigung sollte aus einer Kombination von Spezialtechniken bestehen, um situationsentsprechend Abwehren zu ermöglichen. Sie sollten möglichst einfach sein. Am leichtesten ist es, auf Techniken zurückzugreifen, die der Schüler aus seinem System beherrscht, da sie mit der Zeit durch das Training zu automatischen Reflexen werden.

2.6. Einheitlicher Gruß

Aus dem Stand Heiko-Dachi übergehen in Nekoashi-Dachi links, dabei die rechte Faust an die rechte Hüfte bringen und die linke offene Hand von vorn auf die Faust legen. Beide Arme in Brusthöhe nach vorn durchstrecken.
Danach beide Hände zu Fäusten bilden und an die rechte und linke Hüfte bringen, dabei in Heiko-Dachi zurückgehen.

Jeder Ausbildungsabschnitt endet mit einer Gürtelprüfung.

3. Prüfungsinhalte für Kyu-Grade

5. Kyu – Gelbgurt

- a. 10 Verteidigungen für Anfänger, Ippon-Kumite
- b. 1.-3. Verteidigung für Fortgeschrittene, Kempo-Kumite
- c. Schrittdiagramm
- d. 1. Schülerform

4. Kyu – Orangegurt

- a. 10 Ippon-Kumite
- b. 1.-6. Kempo-Kumite
- c. Schrittdiagramm
- d. 1. und 2. Schülerform

3. Kyu – Grüngurt

- a. 10 Ippon-Kumite
- b. 1.-10. Kempo-Kumite
- c. Schrittdiagramm
- d. 1-3. Schülerform

2. Kyu – Blaugurt

- a. 10 Ippon-Kumite
- b. 1.-15. Kempo-Kumite
- c. Schrittdiagramm
- d. 1.-4. Schülerform

1. Kyu - Braungurt

- a. 10 Ippon-Kumite
- b. 1.-20. Kempo-Kumite
- c. Schrittdiagramm
- d. 1.-5. Schülerform
- e. Kurze Lehrprobe

Von den Prüfern ist natürlich darauf zu achten, dass die Anforderungen an Kraft, Geschwindigkeit und Präzision von Gürtelgrad zu Gürtelgrad höher angesetzt werden, jedoch unter Beachtung der normalen körperlichen Konstitution des zu Prüfenden.

4. Prüfungsinhalte für Dan-Grade

1. Dan

- a. Kenntnisse und Beherrschung des gesamten Kyu-Prüfungsprogrammes für den 1. Kyu (a-d)
- b. 21-30. Kempo-Kumite
- c. 1.-2. Blocktechnik
- d. 1. Meisterform
- e. Alle Angriffe aus Gruppe 1-6 des Selbstverteidigungs-Programmes mit beliebiger Verteidigung
- f. Kampfsportspezifischer Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre, siehe hierzu Verfahrensordnung 6.7..

2. Dan

- a. Kenntnisse und Beherrschung des gesamten Kyu-Prüfungsprogrammes für den 1. Kyu (a-d)
- b. 21.-30. Kempo-Kumite
- c. 1.-4. Blocktechnik
- d. 1. und 2. Meisterform
- e. Alle Angriffe aus Gruppe 1-7 des SV-Programms mit beliebigen Selbstverteidigungstechniken
- f. Kampfsportspezifischer Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre, Siehe hierzu Verfahrensordnung 6.7..

3. Dan

- a. Kenntnisse und Beherrschung des gesamten Kyu-Prüfungsprogrammes für den 1. Kyu (a-d)
- b. 21.-30. Kempo-Kumite
- c. 1.- 6. Blocktechnik
- d. 1.- 3. Meisterform
- e. Alle Angriffe aus Gruppe 1-8 des SV-Programms mit beliebigen Selbstverteidigungstechniken
- f. Kampfsportspezifischer Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre, siehe hierzu Verfahrensordnung 6.7..

4. Dan

- a. Kenntnisse und Beherrschung des gesamten Kyu-Prüfungsprogrammes für den 1. Kyu (a-d)
- b. 21-30. Kempo-Kumite
- c. 1.- 8. Blocktechnik
- d. 1.- 4. Meisterform
- e. Alle Angriffe aus Gruppe 1-9 des SV-Programms mit beliebigen Selbstverteidigungstechniken
- f. Kampfsportspezifischer Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre, siehe hierzu Verfahrensordnung 6.7..

5. Dan

- a. Kenntnisse und Beherrschung des gesamten Kyu-Prüfungsprogrammes für den 1. Kyu (a-d)
- b. 21-30. Kempo-Kumite
- c. 1.- 10. Blocktechnik
- d. 1.- 5. Meisterform
- e. Alle Angriffe aus Gruppe 1-10 des SV-Programms mit beliebigen Selbstverteidigungstechniken
- f. Kampfsportspezifischer Erste-Hilfe-Nachweis, nicht älter als 2 Jahre, siehe hierzu Verfahrensordnung 6.7..

Eine vorgeschriebene Grundschule findet bei Danprüfungen nicht statt, da die Grundschultechniken aus den Partnerübungen und Formen ersichtlich sind und hieraus bewertet werden können.

Die Schülerformen 1-5 können in beliebiger Reihenfolge geprüft werden.

Als Meisterformen werden folgende Formen festgelegt:

1. Long Kuen
2. Chuan Fa
3. Tasi Yoko
4. Stock (Bang)
5. Chang Long Fa

Die vorgeschriebenen Techniken sind grundsätzlich für alle Prüflinge bindend. Es steht jedoch im Ermessen der Prüfungskommission individuell in Bezug auf die Ausführung der vorgeschriebenen Techniken, Erleichterungen zu gewähren (z.B.: Exaktheit, Höhe, Härte etc.). Das krankheits- oder altersbedingte chronische Defizit muss spätestens mit der Anmeldung zur Dan-Prüfung durch schriftlichen Eintrag im Erhebungsbogen angegeben werden. Die körperliche Beeinträchtigung ist grundsätzlich durch ärztliches Attest nachzuweisen. Verletzt sich ein Prüfling während der Prüfung oder weist er erst hier auf körperliche Gebrechen hin, wird ihm freigestellt, die Prüfung abzubrechen oder fortzuführen. Bei Fortführung der Prüfung wird er bewertet wie jeder andere Prüfling. Sollte jemand seinen Partner durch eine unkontrollierte Technik derart verletzen, so dass dieser seine Prüfung nicht mehr fortsetzen kann, gilt der Verursacher als durchgefallen. Es muss in jedem Fall in jedem Fach eine Bewertung erfolgen.

5. Zuständigkeit

Für die Abnahme von Kyu- und Danprüfungen ist ausschließlich die Fachschaft Shaolin Kempo zuständig. (geregelt in der Verfahrensordnung für Shaolin Kempo)

Jedes Mitglied der Deutschen Wushu Federation e.V. erkennt die Ausbildungs- und Prüfungsordnung sowie die Verfahrensordnung für Kyu- und Dangrade an und hat sich innerhalb des Verbandes nur mit der Graduierung auszuweisen, die ihm von der Fachschaft innerhalb der DWF e.V. zuerkannt wurde.

Der Vorstand der Fachschaft Shaolin Kempo
01. Januar 1993

Übernahme der Protokollbeschlüsse bis 1998 im August 1999.

Übernahme der Protokollbeschlüsse bis 2000 im Mai 2001.

Übernahme der Protokollbeschlüsse bis 2004 im Dezember 2005.

Übernahme der Protokollbeschlüsse bis 2005 im Dezember 2007.

Übernahme der Protokollbeschlüsse bis 2015 im Januar 2016.