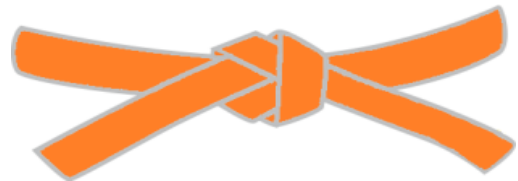


# Prüfungsprogramm & Prüfungsbogen

## 3. Schülergrad (Orange)

(Mindestalter 10 Jahre)



Prüfungsdatum : \_\_\_\_\_

Name, Vorname : \_\_\_\_\_

Geburtsdatum : \_\_\_\_\_

| Aufgaben  | nicht erfüllt | erfüllt | gut |
|---|---------------|---------|-----|
| <b>Formen</b>   |               |         |     |
| 1. Basisform  |               |         |     |
| 2. Basisform  |               |         |     |
| Einzeltechniken aller Teilstücke der 1. u. 2. Basisform                   |               |         |     |
| <b>Grundschule - Soweit möglich mit Bewegungslehre (laufen u. wenden)</b> |               |         |     |
| Pferdestellung  |               |         |     |
| Tiefe Stellung  |               |         |     |
| Schlangenstellung   |               |         |     |
| Punktstand  |               |         |     |
| Kreuzstellung vorne u. hinten   |               |         |     |
| Bogenstellung   |               |         |     |
| Kranichstellung   |               |         |     |
| Katzen/Defensivstellung   |               |         |     |
| Kampf/Offensivstellung  |               |         |     |
| <b>Kleine Abläufe</b>   |               |         |     |
| Shaolin Kraftdrill  |               |         |     |
| Zhǎng quán rechts und links mit Wechsel (solo)                            |               |         |     |
| <b>Fußstöße</b>   |               |         |     |
| Fußstoß vorwärts  |               |         |     |
| Halbkreisfußstoß  |               |         |     |
| <b>Fallschule (Wo möglich beidseitig)</b>                                 |               |         |     |
| Fallschule - Rolle vorwärts aus der Bewegung                              |               |         |     |
| Fallschule - Rolle rückwärts aus dem Sturz                                |               |         |     |
| Fallschule - Sturz rückwärts aus der Hocke                                |               |         |     |
| Fallschule - Sturz seitwärts aus dem Stand                                |               |         |     |
| Fallschule - Sturz vorwärts hart  |               |         |     |

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Prüfer

### Auswertung

"nicht erfüllt" kann durch "gut" in der selben Gruppe ausgeglichen werden.

Insgesamt 2x "nicht erfüllt" ohne Ausgleich = nicht bestanden

alles "gut" = Auszeichnung