

Onlineprüfung 2020

Prüfungsprogramm für den 9ten bis 11ten Kids Grad

Quiz

Unser Quiz findest du auf der Internetseite, vergesse nicht deinen vollen Namen und deine WingTsun Schule anzugeben.

Plakat mit den 5 Regeln

Welche 5 Regeln gelten bei uns im Unterricht?

SiuNimTao (Erste Form)

9. und 10. Grad-> mindestens bis 7er Satz

11. Grad -> komplett

Überfallreaktion

Du wirst von einem Schubser überrascht und musst schnell reagieren. Denke daran was deine Hände direkt als erstes machen. Was machst du, wenn du dein Gleichgewicht wieder gefunden und du dich zu dem Gegner hingedreht hast? Setze deine Stimme ein.

Verteidigung im Stand und am Boden

Du stehst in deiner Abwehrposition und der Angreifer greift dich mit einer Ohrfeige an. Du kannst nach der Abwehrtechnik mit Handflächenstößen kontern oder den Gegner zu Boden bringen.

Wähle zusätzlich noch eine Variante aus.

Variante Eins: *Du stehst in der Abwehrposition und der Gegner greift mit geraden Schlägen und Schubsen an. Zeige uns wie du beide Angriffe verteidigst und kontere mit Handflächenstößen, Schubsen oder mit kontrollieren des Gegners.*

Variante Zwei: *Mache vor wie du reagierst, wenn ein Angreifer dich von hinten schubst und du auf den Boden fällst. Zeige uns wie deine Position am Boden aussieht und welche Waffen du dann als erstes einsetzt, wenn der Angreifer auf dich zukommt. Wie stehst du geschützt und mit Abstand zum Gegner wieder auf?*

Gleichgewicht im WingTsun

Erkläre uns, warum „sein Gleichgewicht halten“ im WingTsun so wichtig ist. Du kannst dir dafür auch eine Technik aussuchen und daran erklären (z.B. jemanden wegschubsen oder einen Vorwärtstritt) oder sie sogar vormachen.