

# Bujinkan Furu Dojo

## Schülerhandbuch



## Sinn und Zweck

Dieses Handbuch soll dem Schüler, welcher das Studium der Bujinkan-Kampfkünste verfolgt, als Nachschlagewerk und Referenz sowohl über Allgemeines zum Bujinkan als auch zu bereits erlernten Techniken und Prinzipien dienen.

Da das Bujinkan Budô insgesamt neun alte japanische Kriegskünste vereint, kann es schwierig sein, den Überblick über die verschiedenen Techniken und deren zugehörige Namen zu behalten, insbesondere da es teilweise für ein und die selbe Technik mehrere Bezeichnungen geben kann. Und genau hierfür soll dieses Handbuch dem Schüler behilflich sein.

Als erstes „Skelett“ beinhaltet dieses Handbuch anfangs lediglich grundlegende Informationen, welche nach und nach durch weitere ergänzt, vervollständigt oder ausgetauscht werden - dem Fortschritt des Schülers entsprechend.

Mit Erreichen des Shodan (1.Dan) erhält der Schüler das vollständige „Ten Chi Jin Ryaku no Maki“, welches dieses Handbuch komplettiert. Ab diesem Zeitpunkt obliegt es dem Schüler selbst, ob er dieses Büchlein weiterführt oder nicht.

Jürgen Bieber, Shihan



Michael Schweizer, Shihan



## Gemeinschaft der Furyu Dojo

*Furyu = Wind-Drache*

*Furyu Dojo = Dojo des Wind-Drachen*

Die Gemeinschaft der Furyu Dojo wird von Jürgen „Furyu“ Bieber geleitet. Seine Schüler und er haben sich zu dieser Gemeinschaft zusammengeschlossen, um einen gemeinsamen Weg des Studiums der Bujinkan-Kampfkünste im Sinne von Dr. Masaaki Hatsumi zu gehen.

Es handelt sich hierbei um ein freundschaftliches Miteinander, in dem jedes Dojo seine Eigenständigkeit behält. Es wurde einfach dem, was schon lange zusammen gehörte, ein Name gegeben.

### Liste der Bujinkan Furu Dojo:

#### **Bujinkan Furyu Dojo Neu Ulm**

Leitung: Jürgen Bieber

Email: [info@bujinkanfuryu.de](mailto:info@bujinkanfuryu.de)

#### **Bujinkan Dojo Ninpo Dachau**

Leitung: Michael Schweizer

Email: [ninpo-dachau@buyu.org](mailto:ninpo-dachau@buyu.org)

[www.ninpo-dachau.de](http://www.ninpo-dachau.de)

#### **Bujinkan Dojo Gehren**

Leitung: Torsten Eckert Email: folgt

#### **Bujinkan Dojo Donauwörth**

Leitung: Alexander Götz

#### **Bujinkan Dojo Augsburg**

Leitung: Joachim Brychta

[www.bjk-augsburg.de](http://www.bjk-augsburg.de)

#### **Bujinkan Dojo Nordendorf**

Leitung: Markus Bernt

Email: [markus.bernt@gmx.de](mailto:markus.bernt@gmx.de)

#### **Bujinkan in der Uni Schwäbisch Gmünd**

Leitung: Benedikt Burgmaier

Dojo von Michael Schweizer betreut:

#### **Bujinkan Dojo Landsberg**

Leitung: Bernhard Drexel

#### **Bujinkan Dojo Diesen**

Leitung: Michael Botta

## Bujinkan Budô Taijutsu

Bujinkan Budô ist der Name und Sammelbegriff, mit dem heute ein System von neun historischen japanischen Kampfkünsten bezeichnet wird, die von Sôke (*Großmeister, Stilerbe*) Dr. Masaaki Hatsumi (\*1931) gelehrt werden.

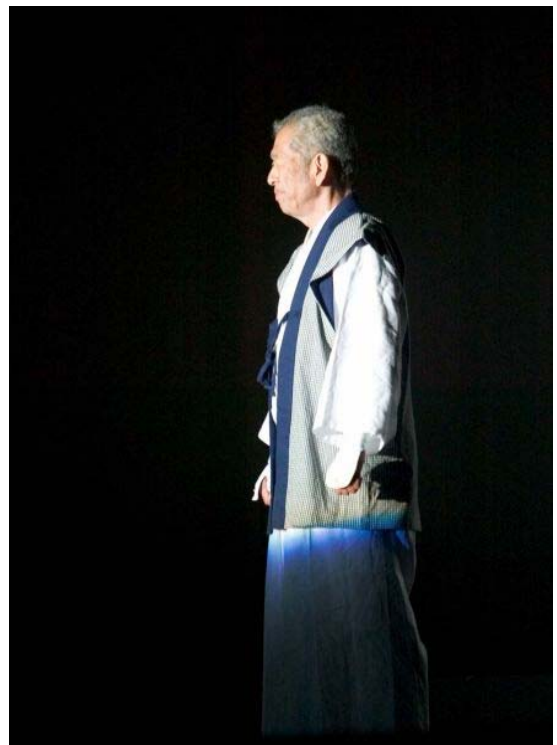
Die neun Ryuha (*Schulen*) des Bujinkan Budô sind folgende:

- Togakure Ryu Ninpo
- Gyokushin Ryu Ninpo
- Kumogakure Ryu Ninpo
- Kukishinden Ryu Happon Bikenjutsu
- Koto Ryu Koppojutsu
- Gikan Ryu Koppojutsu
- Gyokko Ryu Kosshijutsu
- Takagi Yoshin Ryu Jutaijutsu
- Shinden Fudo Ryu Taijutsu

Die ersten drei aufgeführten Ryuha sind so genannte „Ninja Schulen“, die übrigen sechs wurden Kriegern (Samurai) und Leibwächtern gelehrt.

Soke Masaaki Hatsumi erwarb sein Wissen und die Stilfolge oben genannter Schulen von seinem Lehrer Toshitsugu Takamatsu O-Sensei (1889 -1972).

**Soke Masaaki Hatsumi**



## Lehrer der Furyu Dojo Gemeinschaft

Folgende Lehrer (Dojo-Leiter) sind eingetragene Mitglieder der Bujinkan Lehrgemeinschaft „Shidoshi Kai“ (oder werden von ihnen unterstützt) und unterrichten in Dojo, die Mitglied in der Gemeinschaft der Furyu Dojo sind:

- Jürgen Bieber 10. Dan Kugyo Hapko Hiken, Shihan
- Michael Schweizer 10. Dan Shihan
- Torsten Eckert 4. Dan Shidoshi-ho
- Erwin Weber 4. Dan Shidoshi-ho
- Markus Bernt 2. Dan Shidoshi-ho
- Joachim Brichta 1. Dan Shidoshi-ho
- Benedikt Burgmaier 1. Dan Shidoshi-ho

## Informationsquellen

### Der Lehrer

Wie in allen Bereichen des Lebens, so ist auch im Bujinkan Wissen von zentraler Bedeutung. Wichtigste Anlaufstelle für Fragen und Informationen ist und bleibt der eigene Lehrer, da dieser den Schüler in seiner Entwicklung voran bringt und selbst über seine Lehrer oder aber auch direkt mit der Quelle des Bujinkan - Soke Hatsumi - in Kontakt steht.

Dies wird oft als "Lehrpyramide" bezeichnet:

**Soke**  
**Shihan**  
**Shidoshi**  
**Shidoshi-ho**  
**Schüler**

Nur wenn Informationen aus Japan ungehindert an die Schüler weitergegeben werden kann man von „lebendigen Lehren“ sprechen.

## Das Internet

### *Allgemein*

Das Internet ist in unserer heutigen Gesellschaft ein wichtiges Medium, um Informationen zu sammeln und bereitzustellen. Trotz allem Nutzen birgt es aber auch Gefahren, insbesondere dann, wenn versucht wird, Informationen zu formulieren, die auf mündlicher Weitergabe und Erfahrung basieren, wie es in unserer Kunst der Fall ist. Die Lehren des Bujinkan müssen studiert und erfahren und können deshalb nur bedingt durch Worte ausgedrückt werden. Aus diesem Grund ist das Internet nur bedingt als Quelle für „Bujinkan-Wissen“ geeignet. Dies sollte man stets bedenken und sich nicht ausschließlich auf Internetquellen verlassen, sondern diese Informationen grundsätzlich kritisch bzw. vorsichtig bewerten. Allerdings kann man sich im Internet Ideen und Inspirationen holen und diese dann mit dem eigenen Lehrer besprechen.

### *Foren*

Internet Foren erfreuen sich immer größerer Beliebtheit und werden gerne genutzt um sich (auch über das Bujinkan) auszutauschen. Allerdings können die Benutzer sich meist hinter einem Nicknamen verstecken und allzu oft entstehen durch missverständliche Ausdruckweise und unter dem Schutz der Anonymität unschöne Streitigkeiten, die dem Anspruch des Bujinkan nicht entsprechen und dem Ansehen unserer Kunst schaden.

### *Nachricht von Hatsumi Sensei betreffend dem Internet (formuliert von George Ohashi):*

Seit kurzer Zeit haben allerlei Informationen ihren Weg in das Internet gefunden und es werden Informationen und Meinungen ausgetauscht, was auch wichtig ist. **Jedoch ist es auch wahr, dass das Internet viele Gefahren birgt. Aus diesem Grund möchte ich Euch bitten immer abzuwägen „wenn ich dies in dieser Art und Weise schreibe, wird es dann ein Problem verursachen?“** Beispielsweise ist es besser, keine Trainingsgebühren im Rahmen von Dojo-Informationen zu veröffentlichen, etc. (dies scheint derzeit nur für japanische Dojo wichtig zu sein - Ohashi)

(Anmerkung von Ohashi: Andere Beispiele: Es ist wichtig sich darum zu kümmern, dass man nicht belästigt wird, wenn man Kontaktinformationen veröffentlicht. Ich möchte auch höflich darum bitten, Streitigkeiten auf Foren und Mailing-Listen zu vermeiden)

### **Blog und Newsletter:**

Auf unserer Homepage [www.bujinkanfuru.de](http://www.bujinkanfuru.de) gibt es einen Informations-blog und einen Furu Dojo Newsletter zum herunterladen.



**Takamatsu Toshitsugu**

## **Bujinkan Regeln und Hinweise**

Folgende Regeln und Hinweise gelten für alle Mitglieder des Bujinkan. Sie sollen die Schüler nicht einengen, sondern ein freundschaftliches Miteinander ermöglichen.

### **Richtlinien für die Teilnahme am Bujinkan**

Das Bujinkan soll nur für jene offen sein, die mit den Richtlinien des Bujinkan Hombu Dojo einverstanden sind und sie aufrechterhalten. Jenen, die es nicht tun, soll es nicht erlaubt sein teilzunehmen.

1. Nur jenen, die diese Richtlinien gelesen haben und damit einverstanden sind, ist es erlaubt teilzunehmen.
2. Nur jenen, denen es möglich ist wahre Geduld, Selbstkontrolle und Hingabe auszuüben, ist es erlaubt teilzunehmen.
3. Personen die geistig krank, drogenabhängig oder psychisch instabil sind, sollen vom Training ausgeschlossen werden, desweiteren Personen, denen es an Selbstkontrolle mangelt.
4. Personen mit kriminellem Führungszeugnis sollen abgewiesen werden. Störenfriede und jene, die kriminelle Taten begehen und die örtlichen Gesetze brechen, sollen abgewiesen werden.
5. Jene, die die Richtlinien des Bujinkan nicht achten, und als Praktizierende oder Mitglieder der Gesellschaft unehrenhafte oder schmachvolle Taten begehen, sollen ausgewiesen werden. Bis jetzt war das Bujinkan Dojo einer großen Anzahl von Leuten welche nach Japan kamen zugänglich. Leider gab es unter Ihnen Personen, die gewalttätige Handlungen, teils unter Einfluss von Alkohol, begangen haben; geistig Kranke und Störenfriede, die nur an sich selbst dachten und nicht gesehen haben, dass ihre Handlungen andere wiederum schädigen. Diese Personen haben durch Ihre Handlungen das traditionelle rechtschaffene Herz des Bujinkan weggeworfen. Von diesem Tag an sollen solche Personen ausgeschlossen werden.
6. Unfälle, die während des Trainings geschehen (innerhalb und außerhalb des Dojo), sollen nicht dem Bujinkan angelastet werden. Das ist ein äußerst wichtiger Punkt. Jene, die nicht bereit sind, die persönliche Verantwortung für Unfälle die während des Bujinkan Trainings geschehen, zu übernehmen, sollen nicht aufgenommen werden. Um nochmals für Klarheit zu sorgen: das Bujinkan wird, egal an welchem Ort, keine Verantwortung für Unfälle, die im Laufe des Trainings geschehen, übernehmen!
7. Alle die dem Bujinkan beitreten, müssen eine jährliche Mitgliedskarte haben. Diese Karte bewahrt nicht nur die Ehre der Bujinkan Mitglieder, sie weist dich auch als Teil einer großen Gesamtheit aus, dessen Mitglieder mit dem Herzen eines Kriegers zusammenkommen, um sich selbst durch Training und Freundschaft zu verbessern. Sie verkörpert den Ruhm der Kriegertugenden und bekundet zugleich Loyalität und Geschwisterliebe.
8. Die Tradition des Bujinkan erkennt die Natur und die Vielseitigkeit des menschlichen Lebens an und ist sich dessen bewusst, was natürlich zwischen diesen zwei Teilen fließt, „Das geheime Prinzip des Taijutsu ist es, die Grundsteine des Friedens zu kennen“. Der Weg des unbeweglichen Herzens (Fudoshin) soll erlernt werden.

Der Kodex des Dojo lautet:

- Zu wissen, dass Geduld als erstes kommt.
- Zu wissen, dass der Pfad des Menschen aus der Gerechtigkeit entsteht.
- Sich von Habsucht, Trägheit und Starrsinn loszusagen.
- Trauer und Kummer als natürlich anzusehen und das unbewegliche Herz anzustreben.
- Vom Pfad der Loyalität und Geschwisterliebe nicht abzukommen und eindringlich das Herz des Budô zu begründen.
- Das Befolgen des Kodex ist ein Teil der Dojo Richtlinien.

9. Anfängertraining beginnt mit dem Taijutsu.

Kyu-Level: Anfänger

- Erster bis fünfter Dan: Ten (Himmel)
- Fünfter bis zehnter Dan: Chi (Erde)
- Zehnter bis fünfzehnter Dan: Jin (Mensch)
- Der elfte bis fünfzehnte Dan wird in Chi (Erde), Sui (Wasser), Ka (Feuer), Fu (Wind) und Ku (Leere) aufgeteilt. Das Happon Hiken wird auf diesen Leveln gelehrt.
- Der fünfte Dan-Test darf nur von Soke ausgeführt werden, oder von berufenen Shihan.
- Wahren Shihan kann der fünfzehnte Dan verliehen werden.

Seit kurzem ist das Bujinkan in der Tat international geworden. So wie es verschiedene Zeitzonen gibt, existieren auch verschiedene Tabus unter den Menschen und Nationen dieser Welt. Wir müssen uns gegenseitig respektieren und bemühen, solche Tabus abzubauen.

An erster Stelle soll das Herz des Kriegers stehen und gemeinsam müssen wir an der eigenen Vervollkommnung und der des Bujinkan arbeiten.

Jene, die die oben genannten Richtlinien nicht aufrechterhalten, sollen aus dem Bujinkan ausgeschlossen werden.



## Die Regeln des Bujinkan Hombu Dojo Japan

1. Unsere Intention ist es, ein gesundes Leben zu führen. Dabei soll kein anderer Mensch zu Schaden kommen. Gleichzeitig wollen wir die Beziehung zwischen Mensch und Natur durch den Weg des Kriegers pflegen.
2. Alle Mitglieder müssen im Besitz der für die Dauer von einem Jahr gültigen Mitgliedschaftskarte des Hombu Dojo sein. Es gibt zwei Arten von Mitgliedskarten: die allgemeine Mitgliedschaftskarte und die zusätzliche Shidoshi-Kai-Mitgliedschaftskarte. Während die allgemeine Mitgliedschaftskarte von allen Mitgliedern des Bujinkan Dojo - ob graduiert oder nicht - erworben werden kann, gilt die Shidoshi-Kai-Mitgliedschaft nur für Mitglieder, die einen Dan-Grad tragen (Shidoshi-ho und Shidoshi).
3. Allgemeine Mitglieder müssen eine jährliche Mitgliedschaftsgebühr von 2.000 Yen an das Hombu Dojo bezahlen. Dafür bekommen sie ihre Mitgliedskarte zugeschickt.
4. Die jährliche Mitgliedschaftsgebühr für das Shidoshi-kai beträgt 15.000 Yen
5. Die Mitgliedschaft im Shidoshi-Kai ist jedes Jahr zu erneuern.
6. Die Grundsätze des Shidoshi-Kai sind die folgenden:

I. Nur Mitglieder des Shidoshi-Kai, die den fünften Dan tragen oder höher graduiert sind, dürfen bis zum einschließlich vierten Dan prüfen und graduieren.

Die Preise für die Urkunden sind:

- Kyu-Grade (9.-1.) 1.500 Yen
- erster Dan 5.000 Yen
- zweiter Dan 10.000 Yen
- dritter Dan 15.000 Yen
- vierter Dan 20.000 Yen

II. Shidoshi-ho sind Träger des ersten bis vierten Dan. Sie dürfen ihre Schüler prüfen und Graduierungen bis zu einem Grad unter dem ihren verleihen. Lehrer können für Prüfungen das Doppelte von dem oben genannten Betrag verlangen, der an das Hombu-Dojo abzuführen ist, um eigene Budô-Studien zu finanzieren. Shidoshi-Kai-Mitglieder haben einen speziellen Status. Sie dürfen Gewinn an den vom Hombu Dojo stammenden Trainings-Abzeichen, Revers-Aufnähern usw. machen.

7. Shidoshi- und Shidoshi-ho Urkunden kosten jeweils 10.000 Yen.
8. Urkunden für den fünften Dan und darüber kosten jeweils 30.000 Yen.
9. Trainingsabzeichen kosten jeweils 1.350 Yen (Kyu-Grade, Shidoshi-ho oder Shidoshi). Die Sterne kosten jeweils 150 Yen.
10. Revers-Anstecker kosten 1.500 Yen für Kyu-Grade, 2.000 Yen für Shidoshi-ho und 3.000 Yen für Shidoshi.
11. Der gesamte Betrag ist in japanischer Währung (Yen) bar zu bezahlen (per
12. Einschreiben).
13. Für Jutte, Ken, Yari, Naginata usw. werden spezielle Lizenzen vergeben.
14. Mitglieder des Bujinkan Dojo werden über die Aktivitäten des Soke (Tai Kai, Videos, Publikationen usw.) informiert.
15. Nur vom Bujinkan Hombu Dojo verliehene Mitgliedschaften und Graduierungen werden als gültig anerkannt. Personen, die gegen die Prinzipien des Bujinkan Dojo verstoßen, werden von einer Mitgliedschaft ausgeschlossen (ebenso Personen, die gegen geltendes Recht verstoßen).

16. Das „Bujin“-Symbol unterliegt dem Copyright.
17. Mitglieder müssen dem Prinzip des „Bujin-Ikkan“ folgen (dem Prinzip vom Weg der Kriegskunst muss jeder Tag im Leben gewidmet sein), um die Natur zu schützen und durch den Weg des Kriegers eine glückliche Lebensweise zu verwirklichen.
18. Mitglieder sollten immer den direkten Kontakt zum Hombu-Dojo suchen sowie daran interessiert sein, Kontakt zu einem Bujinkan-Dojo aufzunehmen und Interessensgemeinschaften mit Gleichgesinnten aufzubauen.
19. Die Verständigung mit dem Hombu-Dojo muss in japanischer Sprache erfolgen, damit alle geschäftlichen Abwicklungen schneller und reibungsloser erfolgen können. Hierzu sei auch noch angemerkt, dass die wahre Natur vom Weg des Kriegers sehr schlecht in anderen Sprachen zu vermitteln ist. Am besten lässt sie sich in der japanischen Sprache ausdrücken.

**Sôke Masaaki Hatsumi**

Hisamune

Bujinkan Hombu

Dojo 636 Noda

Noda-Shi

CHIBA-KEN

JAPAN/NIPPON Tel.: 0471 -22-2020 Fax: 0471 -23-6227

## **An- und Abgrüßen**

### *Shinzen Rei*

Das traditionelle An- bzw. Abgrüßen ist fester Bestandteil jeder Trainingseinheit im Bujinkan. Traditioneller Hintergrund ist es, die „bösen Geister“ zu vertreiben und die guten herbeizurufen. In unserer heutigen Zeit kann man dies als das Loslösen von der Hektik und den Problemen des Alltags und das bewusste Konzentrieren auf das Training verstehen.

Mit dem Shinzen Rei ehren wir aber auch all jene, die unsere Künste seit ihrer Entstehung weitergegeben haben und machen uns bewusst, dass wir ein Teil dieser alten und lebendigen Traditionen sind.

### Ablauf:

- Der bzw. die Lehrer sitzen mit dem Rücken zum Schrein (Kamidama) in Seiza.
- Die Schüler sitzen geordnet nach ihrer Graduierung in einer Reihe ebenfalls in Seiza - mit Blick auf den Schrein.
- Nachdem sich der Lehrer zum Schrein gedreht hat und seine Hände faltet, falten auch alle Schüler ihre Hände.
- Der Lehrer spricht die Worte:

### **Shikin Haramitsu Daikomyo**

- Nun sprechen alle Schüler gemeinsam diese Bitte um Schutz und Erleuchtung.
- Gemeinsam klatschen Lehrer und Schüler zweimal in die Hände und verneigen sich vor dem Schrein.
- Ein weiteres mal klatschen Lehrer und Schüler in die Hände (einmal) und verneigen sich erneut
- Der Lehrer dreht sich nun wieder zu seinen Schülern.
- Beim Angrüßen spricht der Schüler welcher die höchste Graduierung trägt die Worte:

### **Onegei Shimasu**

- Alle Schüler wiederholen hierauf diese Worte und gleichzeitig verneigen sich Lehrer und Schüler voreinander

Beim Abgrüßen wird „Onegei Shimasu“ durch folgende Worte ersetzt:

### **Domo Arigato Gozaimashita**

## Japanisch

### Zählen:

eins	= ichi
zwei	= ni
drei	= san
vier	= shi /yon
fünf	= go
sechs	= roku
sieben	= sichi/ nana
acht	= hachi
neun	= kyu/ ku
zehn	= ju

### Aussprache:

a:	wie ab , Kasse
ch:	wie tsch (cha, chi, eher mit t-Vorschlag)
e:	etwas nach „ä" hin ausgesprochen, Messer, etwa
h:	ein Laut, der zwischen h und ch liegt - etwa wie in „Dach"
i:	wie in, bin
j:	wie dsch in „Germany"
n:	doppeltes „n" - leicht nasal
o:	wie in „ob" oder „noch"
r:	„Zungen-R" wie im Romanischen oder Slawischen
s:	wie „ss" in „Masse", wie ß
sh:	stimmlos wie wishing, shop (engl.), nicht wie „sch"
u:	wie um, Mutter (manchmal sogar unhörbar)
y:	wie j (Yokohama)
z:	wie das stimmhafte „s" in „Rose" (za-Sand, zu-Suppe, ze-Senf,zo-sollen)

## Tori und Uke

*Tori* = Verteidiger  
*Uke* = Angreifer

Grundlegend für das Studium des Bujinkan Budô sind Partnerübungen.

Hier wechseln sich beide Partner in der Rolle des Angreifers und des Verteidigers ab und üben gemeinsam eine vorgezeigte „Technik“, um das zugrunde liegende Prinzip zu studieren.

Es üben immer beide Partner: Tori die gezeigte Technik, Uke den korrekten Angriff und Ukemi (Rollen / Fluchttechniken).

Es ist sehr wichtig, dass jeder Angriff von Uke mit der entsprechenden Intention durchgeführt wird, da nur dann Tori die zu übenden Prinzipien anwenden und richtig lernen kann.

Sollte in Ukes' Angriff diese Intention fehlen, so übt man lediglich einen toten Bewegungsablauf und wird nur einen Bruchteil der den Techniken zugrunde liegenden Prinzipien erfassen und erlernen können.



## Kamae

„Kamae“ bedeutet frei übersetzt „Stellung“.

Anfangs tendiert man dazu, zu glauben, dass alle Kamae getrennt für sich trainiert und eingenommen werden. Jedoch werden die Kamae im Kampf oder dem Üben von Kata (*Formen*) ständig verwendet und man „fließt“ von einer Stellung zur anderen, um jede für sich nur für wenige Augenblicke einzunehmen und dann wieder loszulassen und weiterzugehen. Im fortgeschritteneren Training kann eine Kamae auch für eine gewisse geistige Haltung stehen.

Grundsätzlich ist eine Kamae weder offensiv noch defensiv sondern passt sich durch ihre Anwendung den Umständen an.

Nachfolgend wollen wir die geläufigsten Stellungen auflisten ohne jedoch weitere Erklärungen zu geben, da die Kamae im Training gelernt und geübt werden.



Shizen no Kamae



Ichimonji no Kamae



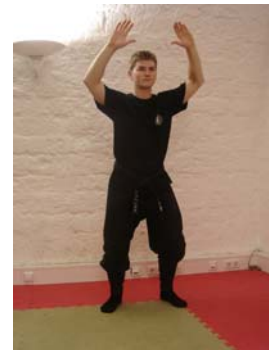
Doko no Kamae



Seiza no Kamae



Jumonji no Kamae



Hoko no Kamae



Hicho no Kamae



Hira Ichimonji no Kamae



Kosei no Kamae

## Sanshin no Kata

Neben der Kihon Happo ist die Sanshin no Kata eine der wichtigsten Übungen und sollte unabhängig von Graduierung oder Trainingsfortschritt immer wieder studiert und geübt werden.

Die Sanshin no Kata lehrt uns, wie wir unseren Körper bewegen und in welchem Winkel wir zum Angreifer stehen sollen.

Das „no“ im Namen dieser Kata drückt die Lebendigkeit aus mit der die folgenden Übungen trainiert werden sollen. Um die Prinzipien der Sanshin no Kata zu verstehen ist es notwendig, unter die Oberfläche zu sehen und die Inhalte der Übung zu entdecken.

Im Bujinkan existieren verschiedene Varianten und Ausführungen der Sanshin no Kata. Es ist wichtig zu verstehen, dass keine „falsch“ ist, da sie alle das selbe Prinzip transportieren. Die Gogyo no Kata, bezeichnet die Lebendigkeit der Sanshin no Kata, durch die Elemente.



### Chi no Kata (Erde)

- Tori und Uke stehen in Soshin no Kamae
- Uke greift mit Jodan Fudo Ken an
- Tori weicht nach hinten aus, und blockt gleichzeitig Ukes Angriffsarm mit Jodan Uchi Uke
- Tori geht nach dem Block nach vorne (Hon gamae) und schlägt mit Sanshin Ken zu Ukes Hals/Bauch.

### Sui no Kata (Wasser)

- Tori und Uke stehen in Soshin no Kamae
- Uke greift mit Jodan Fudo Ken an
- Tori weicht diagonal nach hinten aus und block gleichzeitig Ukes Angriffsarm mit Jodan Uchi Uke
- Tori geht nach dem Block nach vorne und schlägt mit Omote Shuto zu Uke

### Ka no Kata (Feuer)

- Tori und Uke stehen in Soshin no Kamae
- Uke greift mit Gedan Fudo Ken an
- Tori weicht diagonal nach hinten aus und blockt gleichzeitig Ukes Angriffsarm mit Gedan Uchi Uke
- Tori geht nach dem Block nach vorne und schlägt mit Ura Shuto zu Ukes Hals

### Fu no Kata (Wind)

- Tori und Uke stehen in Soshin no Kamae
- Uke greift mit Gedan Fudo Ken an
- Tori weicht diagonal nach hinten aus und blockt mit Gedan Uchi Uke
- Tori geht nach dem Block nach vorne und schlägt mit Boshi Ken zu Ukes Rippen, Bauch oder Leisteninnenseite.

### Ku no Kata (Leere)

- Tori und Uke stehen in Soshin no Kamae
- Uke greift mit Gedan Fudo Ken an
- Tori weicht diagonal nach hinten aus und blockt mit Gedan Uchi Uke
- Anschliessend bringt Tori seine offene Hand vor Ukes Gesicht und tritt mit Sokuyaku Geri zu Ukes Solarplexus oder Bauch.

## **Kihon Happon**

Kihon Happon bedeutet frei übersetzt „die grundlegenden acht Wege/ Techniken“ und bildet neben der Sanshin no Kata die Grundlage der Bujinkan Kampfkünste. Takamatsu Sensei sagte Hatsumi Sensei, dass diese acht grundlegenden Prinzipien ursprünglich aus der Gyokko Ryu stammen und die Grundlage aller Kampfkünste bilden.

Allerdings gibt es keine „falsche“ oder „richtige“ Form die Kihon Happon auszuführen, sondern lediglich verschiedene Variationen oder Auslegungen, da die grundlegenden Prinzipien immer gleich sind.

Die Kihon Happon ist neben der Sanshin no Kata eine der wichtigsten Übungen des Bujinkan und sollte sowohl von Anfängern als auch Fortgeschrittenen immer wieder trainiert und seine Prinzipien studiert werden.

Nachfolgende Beschreibungen sollen „lediglich“ als Referenz für das eigene Training verstanden werden und sind - wie bereits oben erwähnt - eine unter vielen möglichen Auffassungen,

### **Koshi Kihon Sanpon no Kata**

Der erste Teil der Kihon Happon beinhaltet drei verschiedene Formen aus drei der grundlegenden Kamae und lehrt uns unseren Körper aus verschiedensten Stellungen richtig zu benutzen.

#### Ichimonji no Kamae

- Uke (Angreifer) und Tori (Verteidiger) stehen beide in Hidari Ichimonji no Kamae
- Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an
- Tori weicht mit dem rechten Fuß 45° diagonal nach hinten aus und blockt gleichzeitig mit Hidari Jodan Uchi Uke
- Tori geht daraufhin sofort mit rechts nach vorne und schlägt mit Migi Omote Shuto zu Ukes Hals (auch der Schrittwechsel, als Bewegungsform der Beine, ist sinnvoll.)

#### Hicho no Kamae

- Tori steht in Hicho no Kamae - Uke in Ichimonji no Kamae
- Uke schlägt mit Migi Gedan Tsuki zu Toris Magen / Rippen
- Tori senkt die Hüfte und blockt mit Gedan Uchi Uke
- Nun tritt Tori mit Sokugyaku Geri zu Ukes Rippen
- Tori setzt seinen Fuß eng neben dem anderen ab, geht mit dem rechten Fuß nach vorne und schlägt mit der rechten Hand Ura Shuto zu Ukes Hals

#### Jumonji no Kamae

- Tori steht in Jumonji no Kamae - Uke in Ichimonji no Kamae
- Uke greift mit Migi Jodan Tsuki an
- Tori weicht 45° nach hinten aus und blockt mit Hidari Jodan Uchi Uke
- Nun lehnt sich Tori vor (Bewegung aus den Beinen) und schlägt mit Hidari Shito Ken / Boshi Ken zu Ukes rechter Rippenseite (Butsumetsu) um sofort danach Hongamae zu Ukes Gesicht auszuführen
- Uke greift erneut mit Hidari Jodan Tsuki an
- Tori weicht 90° nach links aus und blockt erneut mit Migi Jodan Uchi Uke, gefolgt von Migi Shito Ken / Boshi Ken und Hongamae zu Ukes Gesicht
- Tori weicht nun weiter zurück in Kosei no Kamae



## Torite Kihon Kata / Honshu Goho

Der zweite Teil der Kihon Happon lehrt uns fünf grundlegende Arten Hebel anzubringen und den Körper des Gegners so zu manipulieren, dass dieser keine Möglichkeit mehr zum Angriff hat.

### Omote Gyaku Dori

- Uke greift Toris rechtes Revers mit der linken Hand
- Tori bedeckt mit seiner rechten Hand Ukes greifende Hand und geht mit dem linken Fuß etwas zurück
- Tori senkt seinen Schwerpunkt und benützt beide Hände um Ukes Hand zu lösen und gerade nach oben zu bringen
- Nun geht Tori mit rechts zurück während er gleichzeitig Omote Gyaku ausführt



Richtig ausgeführt bricht das Handgelenk, der Ellenbogen und die Schulter des Gegners. Deshalb beim Üben (wie immer) miteinander arbeiten, keine ruckartigen Bewegungen

### Omote Gyaku Tsuki

- Uke greift Toris rechtes Revers mit der linken Hand und schlägt mit rechts zu Toris Gesicht
- Tori greift Ukes linke Hand mit seiner rechten, geht mit dem rechten Fuß nach rechts diagonal zurück und blockt mit Hidari Jodan Uchi Uke
- Nun benützt Tori beide Hände um Ukes Greifhand zu lösen und nach oben zu bringen, geht mit rechts zurück und führt dabei Omote Gyaku aus

### Ura Gyaku Dori

- Uke greift mit rechts nach Toris linkem Revers
- Tori kontrolliert Ukes greifende Hand mit seiner linken und bringt seine rechte Hand in einer Kreisbewegung vor Ukes Gesicht um daraufhin weiterzugehen und Ukes rechte Hand zu greifen
- Tori geht nun zuerst mit links und daraufhin mit rechts in einer Kreisbewegung zurück und führt Ura Gyaku aus

### Musha Dori

- Uke greift Toris rechten Jackenärmel, am Ellbogen, mit links
- Tori geht rechts zurück und geht gleichzeitig in Ichimonji no Kamae
- Tori geht nun rechts vor und gleitet dabei mit der rechten Hand über Ukes linken Ellbogen um Musha Dori anzuwenden

### Ganseki Nage

- Uke greift Toris rechten Jackenärmel, am Ellbogen, mit links
- Tori geht mit rechts zurück und in Ichimonji no Kamae, dreht Ukes Ellbogen nach links
- Nun geht Tori rechts vor während er gleichzeitig seine rechte Hand nach oben gleiten lässt
- Tori dreht sich dann nach links und wirft Uke mit Ganseki Nage

## Graduierungen & Prüfungen

Prüfungen dürfen ausschließlich durch Mitglieder der internationalen Lehrgemeinschaft „Shidoshi Kai“ abgenommen werden.

Jedes Shidoshi Kai Mitglied muss seine Mitgliedschaft jährlich verlängern und in der Lage sein, die aktuelle Shidoshi Kai Karte vorzuweisen.

### Hinweise:

- Es dürfen nur Schüler geprüft werden, die im Besitz einer gelben Bujinkan Mitgliedskarte für das laufende Jahr sind.
- Im Bujinkan Budô Taijutsu bleibt es den Lehrern selbst überlassen, wie sie Graduierungen vergeben. Jeder Lehrer steht in der Verantwortung, unsere Tradition so gut wie möglich weiter zu geben. Eine Graduierung ist persönlich auf den Schüler abgestimmt.
- Als Grundlage für Prüfungen in den Schülergraden dient den meisten Lehrern das „Ten Chi Jin Ryaku no Maki“ (die Prinzipien des Himmels, der Erde und des Menschen). In diesem Basis-Buch von Großmeister Dr. Masaaki Hatsumi sind die Grundlagen der 9 Schulen vereint und hier findet der Schüler den Stoff an welchem er arbeiten soll, um unsere Kunst zu verstehen.
- Es haben sich mehrere Bujinkan Dojo zusammengeschlossen um eine ungefähre Richtlinie zu verfolgen, sodass es dem Schüler möglich ist, sich in allen neun Schülerstufen das Ten Chi Jin zu erarbeiten. Zusätzlich befinden sich in den Stufen 04. - 01. Kyu Hanbojutsu, Kenpo, Juttejutsu und Rokushaku Bojutsu, welche dem Schüler den Einstieg in die verschiedenen Waffenarten zeigen sollen.
- Es gibt zwei Arten von Schülern in den Kyu Rängen:
  - Shoshinsha - bedeutet „Anfänger“ und bezieht sich auf die Stufen 09. - 06. Kyu
  - Sempai - bedeutet „der Ältere“ und bezieht sich auf den fortgeschrittenen Schüler vom 05. - 01. Kyu
- Für alle Schüler ist das Kyomon (die Kunst zu beobachten und zu lernen) von größter Wichtigkeit.
- Für den Schüler, der tiefer in die Kunst des Bujinkan Budô Taijutsu eintauchen möchte, ist das Seishin Teki Kyoyo (die geistige Reinheit) sehr wichtig. Hier muss der Schüler daran arbeiten, ein tieferes und wahres Wissen über sich, seine Stärken und Schwächen und seinen Wahrnehmungen über das Leben zu entwickeln.

### Prüfungsgebühren im Buiinkan Furu Dojo Neu-Ulm:

- Kyu Grade 3.000 Yen
- 01. Dan 10.000 Yen
- 02. Dan 20.000 Yen
- 03. Dan 30.000 Yen
- 04. Dan 40.000 Yen

Die Prüfungsgebühr muss in Yen bezahlt werden.



## Prüfungsprogramm der Bujinkan Furyu Dojo



Nachfolgendes Prüfungsprogramm ist keine offizielle Richtlinie aus Japan und auch kein „absolutes Gesetz“.

Es soll lediglich dem Schüler in den Kyu Rängen als Möglichkeit dienen, die Kunst des Bujinkan Budô Taijutsu / Ninjutsu in kleinen Schritten strukturiert zu erlernen.

Ebenso wichtig wie das Beherrschen der „Techniken“ bzw. Prinzipien sind der Charakter und die Einstellung des Schülers, welche bei Prüfungen auch eine Rolle spielen.

Für den Schüler besteht die Möglichkeit einen Dojo Ausweis zu erwerben, in diesem er seine Graduierungen und besuchten Seminare notieren kann.

Ein Schüler wird wachsen durch das regelmäßige besuchen des Unterrichts und von Seminaren, in denen Sonderthemen gelehrt werden.

Der Lehrer zeigt den Weg. Der Schüler muss ihn selbst gehen.

Keep going!

# Kukyu - 09. Kyu

## Rei Shiuki

Die Dojo Etikette/ Regeln

Ein Dojo ist in den Kampfkünsten ein besonderer Ort des Lernens.

Dojo bedeutet übersetzt „Ort des Weges“.

An diesem Ort begegnet der Schüler der Tradition des Budô und er wird sich selbst gegenüberstehen.

Aus diesem Grund sind auch einige Regeln einzuhalten.

## Rei Ho

Begrüßungs- und Verabschiedungszeremonie

Es gibt zwei Ausführungen:

- **Za Rei** = Dies ist die Zeremonie im Sitzen.
- **Ritsu Rei** = Ist die Zeremonie im Stehen.

Das Rei Ho ist keine tote Abfolge von Bewegungen mit Worten gepaart. Vielmehr soll sich der Schüler hier wieder und wieder seinen Weg vor Augen führen und sich für das Lernen in der Kampfkunst und dadurch für das Leben bereit machen.

**„Shiken Haramitsu Daikomyo“**  
sind sehr kraftvolle Worte.

## Junan Taiso

Aufwärmmethoden des Körpers

### Junan Taiso Kyu Ho

Die neun Schritte des Aufwärmens.

Um Verletzungen zu vermeiden, sollte der Körper immer von den Füßen in Richtung Kopf oder vom Kopf in Richtung der Füße aufgewärmt werden, da viele Muskeln und Gelenke zusammenarbeiten und eine Abkühlung vermieden werden kann. Durch regelmäßiges Dehnen des Körpers kann der Kampfkünstler eine gute Flexibilität erlangen und diese bis ins hohe Alter beibehalten.

## Kokyu Ho

Atemmethoden

Der Atem ist ein Zeichen des Lebens und durch richtiges Atmen kann der Schüler seine Bewegungen auf natürliche Weise ausführen und Energie sparen.

## Begriffe

- Kubi = Hals, Kopf
- Do = Körper, Rumpf
- Kata = Schulter
- Te = Handgelenk, Hand
- Ashi = Fuß
- Ashikubi = Knöchel, Gelenke der Zehen
- Koshi = Hüfte

- Sebone = Rückgrat, Wirbelsäule
- Kokyu Ho = Atemmethoden
- Uke = Angreifer
- Tori = Verteidiger

### **Go Dori no Kata**

Fünf Greifformen

Dies sind die wichtigsten Arten des Fassens, die der Schüler kennen sollte:

- Ryote Mune Dori = zwei Hände greifen das Revers
- Katate Mune Dori = eine Hand greift das Revers
- Katate Sode Dori = eine Hand greift den Ärmel/ Ellbogen
- Tekubi Dori = das Handgelenk greifen
- Kumi Uchi = eine Hand greift das Revers, die andere die Jacke (Gi)

### **Happo no Kuzushi**

In acht Richtungen das Gleichgewicht brechen

Uke (Angreifer) und Tori (Verteidiger) fassen sich in Kumi Uchi.

Tori bewegt sich mit Aruki (Beinarbeit) in eine Richtung und bringt Uke ohne ihn zu werfen außer Balance.

Tori soll nur den Punkt erfühlen, an dem er Ukes Balance gebrochen hat. Dies wird dann in alle Richtungen ausgeführt.

- Mae Kuzushi = nach vorne
- Hidari-, Migi Mae Naname Kuzushi = links-, rechts diagonal nach vorne
- Hidari-, Migi Kuzushi = links, rechts
- Ushiro Kuzushi = nach hinten
- Hidari-, Migi Ushiro Naname Kuzushi = links-, rechts diagonal nach hinten

### **Kaiten**

Die großen Rollen

Das Rollen ist zum einen dazu da, sich vor Verletzungen beim Stürzen oder Fallen zu schützen, zum anderen um größere Distanzen zu überwinden.

In unserer Kunst gibt es eine Besonderheit: das Rollen kann auch gleichzeitig für einen Gegenangriff verwendet werden.

- Zenpo Kaiten = Vorwärtsrolle
- Koho Kaiten = Rückwärtsrolle
- Sokuho Kaiten = Seitwärtsrolle

### Shizen no Kata

Natürliche Anwendungsformen.

Hier wird der Schüler z.B. von hinten geschubst, so dass er nach vorne fällt. Nun muss er sich durch Kaiten schützen.

### **Ukemi Gata**

Fallen bzw. einem Angriff entgehen

Im Taihenjutsu (Körperbewegungsformen) bezieht sich das Ukemi auf die Kunst, beim Fallen flexibel zu reagieren und Verletzungen zu vermeiden.

### **Zenpo Ukemi**

Vorwärts Fallen

### **Kamae**

Grund- und Übergangstellungen

Die Kamae besitzen nicht nur eine äußere Haltung, sondern auch eine innere.

- Shizen no Kamae
- Ichimonji no Kamae
- Hicho no Kamae
- Seiza no Kamae

### **Tsuki Kihon**

Basis Schlagtechniken

Hiken Juroppo die sechzehn geheimen Faustmethoden. In unserer Kunst

gibt es eine Vielzahl von Schlagmethoden, die mit dem ganzen Körper ausgeführt werden.

Fudo Ken Basis Faustschlag

### **Keri Kihon**

Basis Tritttechniken

Auch hier gibt es eine Vielzahl von Tritttechniken, die dem Schüler Flexibilität ermöglichen.

- Soku Yaku Keri = gerader Fersentritt nach vorne (Stampftritt)
- Soku Gyaku Keri = Tritt nach oben, mit den Zehenballen (Schnapptritt)

Es gibt drei grundlegende **Höheneinteilungen** für Schlag- und Tritttechniken:

- Jodan = Hals bis Kopf - obere Stufe
- Chudan = Gürtel bis Hals - mittlere Stufe
- Gedan = Füße bis Gürtel - untere Stufe

### **Prüfung**

---

Datum

---

Prüfer

## Hachikyu - 08. Kyu

### **Kenko Undo**

Stärken des Körpers

Übungen für den Muskelaufbau sind zur Stärkung des Skeletts notwendig.

- Ude Tate = Liegestützen
- Fukin Undo = Bauchaufzüge
- usw.

### **Kaiten**

Große Rollen

- Yoko Kaiten = große/ kleine Rolle zur Seite, über den Rücken
- Gyaku Kaiten = große verdrehte Rolle
- O-Ten = Rad
- Hicho Kaiten = Flugrolle über ein Hindernis

Shizen no Kata = natürliche Anwendungen

### **Nagare**

Kleine fließende Rollen - für kürzere Distanzen und zum Abtauchen usw.

- Zenpo Nagare = kleine Vorwärtsrolle
- Koho Nagare = kleine Rückwärtsrolle
- Ushiro/Tachi Nagare = ein Bein gestreckt, diagonal rückwärts
- Yoko Nagare = kleine Seitwärtsrolle
- Gyaku Nagare = kleine verdrehte Rolle

Shizen no Kata = natürliche Anwendungen

### **Suwari Kaiten/ Suwari Nagare**

Trainiere das Rollen in allen sitzenden und knienden Positionen (aus Seiza, Fudoza, Hanza no Kamae und aus Suwari Gata).

### **Sabaki Kata**

Ausweichformen

Taisabaki, das Ausweichen des Körpers, um einen Angriff zu entgehen, ist der Beginn jeder Verteidigungshandlung.

- Hidari-, Migi Naname Ushiro Sabaki Kata
- links & rechts diagonal zurück ausweichen
- Hidari-, Migi Sabaki Kata
- links & rechts seitlich ausweichen
- Hidari-, Migi Naname Mae Sabaki Kata
- links & rechts diagonal nach vorn ausweichen
- Ushiro Sabaki Kata
- rückwärts ausweichen
- Chi Tobi Sabaki Kata
- nach unten ausweichen

### **Tsuki Kihon**

Basis Schlagtechniken

- Fudo Ken
- Sanshin Ken
- Omote Shuto
- Ura Shuto
- Boshi Ken / Shito Ken
- Shikan Ken

### **Uke no Kata**

Blockformen

Diagonale Taisabaki zurück und Schlag- oder Trittabwehr gegen einen Angriff.

- Soto Uke = außen blocken
- Uchi Uke = innen blocken

Auch hier sind die drei grundlegenden Höheneinteilungen

- Jodan
- Chudan
- Gedan

zu finden.



## **Kamae**

Grund- und Übergangstellungen

- Doko no Kamae
- Jumonji no Kamae
- Hira no Kamae
- Hoko no Kamae
- Fudoza no Kamae
- Hanza no Kamae

## **Sanshin no Kata**

Kata der fünf Elemente

Sanshin hat - wie es im japanischen so oft der Fall ist - viele Bedeutungen.

In diesem Fall wird es oft als „der erste Schritt“ erklärt bei dem alle Bewegungen mit dem Herzen eines 3jährigen Kindes ausgeführt werden sollten.

Diese fünf Grundformen sind neben der Kihon Happon das Fundament des Bujinkan Budo Taijutsu.

- Chi no Kata = Erde
- Sui no Kata = Wasser
- Ka/Hi no Kata = Feuer
- Fu no Kata = Wind
- Ku no Kata = Leere

## **Prüfung**

\_\_\_\_\_

Datum

\_\_\_\_\_

Prüfer

# Nanakyu - 07. Kyu

## **Shin Kokyu Sanaden**

Drei Techniken für tiefes Atmen

- Shomen Kokyuhō
- Sayu Shinkokyu
- Shinten Shinkokyu

## **Kaiten & Nagare**

Fließender Übergang aller Rollen und das Rollen in:

- Ryote = mit beiden Händen
- Katate = mit einer Hand
- Mute = ohne Hände

Shizen no Kata = natürliche Anwendungen

## **Shiho Ten Chi Tobi**

In vier Richtungen, zum Himmel und zur Erde springen.

Hier ist es wichtig, dass man flach und weit springt. Gleichzeitig mit beiden Beinen abspringen und mit beiden Beinen aufkommen.

- Mae Tobi = vorwärts springen
- Koho / Ushiro Tobi = rückwärts springen
- Hidari- und Migi Tobi = nach links und rechts springen
- Ten Tobi = nach oben springen
- Chi Tobi = nach unten springen
- Naname Tobi = alle diagonalen Sprünge

Shizen no Kata = natürliche Anwendungen

## **Ukemi**

Fallen bzw. einem Angriff entgehen

- Zenpo Ukemi (Ryote & Katate) = vorwärts fallen zwei- und einhändig
- Yoko Ukemi = zur Seite fallen
- Koho Ukemi = nach hinten fallen

Shizen no Kata = natürliche Anwendungen

## **Oten**

Hand-Rad

- Zenpo Oten = Rad vorwärts
- Sokuho Oten = Rad seitwärts
- Koho Oten = Rad rückwärts

Shizen no Kata = natürliche Anwendungen

## **Hoko Jutsu**

## Gehtechniken

- Sokushin so Soku ho = seitwärts wie eine Krabbe laufen
- Hyo Jo ho Ko = auf Eis und glatten Oberflächen laufen
- Mo On no ho = stilles, geräuschloses Laufen

## Tsuki Kihon

### Basis Schlagtechniken

- Kikaku Ken
- Shako Ken
- Koppo Ken
- Shuki Ken

## Uke Kihon

### Blockbasis

- Uke Nagashi = sanftes Blocken

## Kihon Happo no Kata

Die acht grundlegenden Techniken

Diese Grundformen stellen neben der Sanshin no Kata das Fundament unserer Kunst dar und sollten in allen Wegen und Veränderungen verstanden werden.

Das Kihon Happo ist in zwei Teile geteilt.

Erster Teil:

### Koshi Kihon Sanpo no Kata

Die 3 Grundwege des Koshijutsu

- Ichimonji no Kata
- Hicho no Kata
- Jumonji no Kata

## Keri Kihon

### Basis Tritttechniken

- Shi ho Sokuyaku Keri = gerader Fersentritt in 4 Richtungen
- Shi ho Sokugyaku Keri = Schnapptritt mit dem Fußballen nach oben
- Kakushi Keri = versteckter Tritt, Fußsohle wagerecht nach vorn
- Tobi Keri = Sprungtritt mit beiden Beinen

## Prüfung

---

Datum

---

Prüfer

# Rokkukyu - 06. Kyu

## Ukemi

Fallen bzw. einem Angriff entgehen

- Sayu Yokonagashi Zenpo Ukemi = nach unten fallen, aus Yoko Aruki

Shizen no Kata = natürliche Anwendungen

## Shinobi Aruki

Ninja Gehschule bzw. Schleichmethoden

- Yoko Aruki = seitlicher Kreuzschritt
- Ko Ashi = hoher Schritt, in V-Form
- Nuki Ashi = fließender Schritt
- Saguri Aruki = sitzend und tastend
- Hiza Ashi = auf den Knien gehen
- Sokuho Suberu = seitwärts gleiten

## Tobi Kihon

Sprung Basis

- Shinken Tobi = Sprung über eine Klinge
- Tobi Ori = Sprung von oben und Abrollen
- Shoten no Jutsu = in den Himmel steigen

## Tsuki Kihon

Basis Schlagtechniken

- Shishi Ken
- Shitan Ken
- Happa Ken
- Sokki Ken

## Keri Kihon

Basis Tritttechniken

- Sokuto Keri
- Soku Keri
- Sokushi Keri
- Ashi Gyaku Makiken Tsuma Keri

## Kamae no Kata

- Shizen
- Ichimonji
- Doko
- Hanin
- Ryushio fusetsu
- Hicho
- Kosei
- Jumonji
- Hira Ichimonji
- Hidari Ihen
- Migi Ihen
- Hoko
- Gasso
- Fudoza
- Seiza

### **Kihon Hoppo no Kata**

Die 8 grundlegenden Techniken

Zweiter Teil:

Torite Kihon Kata Go Ho - Die fünf fundamentalen Handgreifformen

- Omote Gyaku Dori
- Omote Gyaku Tsuki
- Ura Gyaku Dori
- Musha Dori
- Muso Dori / Ganseki Nage

### **Ha Jutsu Hyu Ho**

Neun Methoden um Griffen zu entkommen

- |                              |                                     |
|------------------------------|-------------------------------------|
| • Te Hodoki (Ryote & Katate) | = Handgelenksgriff-Befreiungen      |
| • Tai Hodoki                 | = Körpergriff-Befreiungen           |
| • Oya Goroshi                | = Daumenpresse                      |
| • Ko Goroshi                 | = „Kleiner-Finger-Presse“           |
| • Koshi Kudaki               | = einem Wurf entgehen               |
| • Hoppo Keri                 | = 8 Tritte, um Griffen zu entgehen  |
| • Keri Kudaki                | = Beinzerstörer                     |
| • Ken Kudaki                 | = Hieb dagegen                      |
| • Henka Kudaki               | = Variationen auf den Beinzerstörer |

### **Prüfung**

\_\_\_\_\_

Datum

\_\_\_\_\_

Prüfer

# Gokyu - 05. Kyu

## **Tsuki Kihon**

Basis Schlagtechniken

- Kiken Ken
- Shuko Ken
- Ippon Ken
- Tai Ken

## **Keri Kihon**

Basis Tritttechniken

- Yoko Keri = seitlicher Tritt mit der Fußkante
- Kurubushi Keri = Tritt mit den seitlichen Fußknöcheln

## **Go Gyo no Kata**

Sanshin no Kata nach dem Gefühl der fünf Elemente

## **Taihenjutsu Mutodori Kata**

Waffenlose Verteidigung gegen ein Schwert

Dies ist ein sehr hohes Level des Taijutsu und muss mit viel Sorgfalt studiert werden. Achte immer auf die korrekte Distanz zu Uke. Eine scharfe Klinge kann sehr schnell tödlich sein.

- Hira no Kamae
- Ichimonji no Kamae
- Jumonji no Kamae

## **Happo Keri Henka**

Acht Wechseltritte

- Suki Keri = einschweifende oder erhebende Tritte
- Keri Suki = Tritt einschweifeln
- Ashi Dome = stopp das Bein
- Hito = fliegender Tritt
- Kappi = packe und fliege
- Jumonji = Kreuzen
- Kompai = packen und fliegen

### **Shime Waza / Jime Waza**

Würgetechniken

- Hon Jime
- Gyaku Jime

### **Gyaku Gi / Gyaku Waza**

Sanfte Drehtechniken

- Omote Take Ori
- Ura Take Ori
- Omote Gyaku
- Ura Gyaku
- Hon Gyaku
- Omote Onikudaki
- Ura Onikudaki
- Musha Dori
- Muso Dori
- Gyaku

Henka: die gleichen Basishebeltechniken als Verteidigung gegen einen Schlag, Tritt, Griff, usw.

**Das Erlernen der wichtigsten japanischen Grundbegriffe!**

### **Prüfung**

---

Datum

---

Prüfer

# Yonkyu - 04. Kyu

## **Osae Komi Waza**

Festlege- und Haltegriffe am Boden (ca. 6 Stück)

## **Tsuki Kihon**

Basis Schlagtechniken

- Tetsui Ken
- Shotei / Oshu Ken
- Taiken Dembutsuki
- Shizen Ken

## **Atemi- und Kyusho Waza**

Kenntnisse von empfindlichen Punkten am Körper

## **Shime Waza / Jime Waza**

Würgetechniken

- Itami Jime
- Sankaku Jime
- Do Jime

## **Nage Kata**

Wurftechniken

Lege beim Werfen besonderen Wert auf den Fluss (Nagare) und das Balancebrechen (Kuzushi). Der Wurf muss nicht unbedingt die „besten Haltungsnoten“ bekommen, sondern effektiv sein und funktionieren.

- Ganseki Nage = Felsenwurf
- Harai Goshi = Hüftfeger
- Gyaku Nage = Rückschlagwurf
- Taki Otoshi = Wasserfall-Sturz-Wurf
- Osoto Gake = große Außenseitenfalle
- Uchi Mata / Uchi Gake = Innenseiten-Schenkelfalle
- Hanei Goshi Nage = Sprung-Hüftwurf
- Tami Nage = schmerzhafter Wurf
- Koshi Kuruma = Hüftrad



## **Renraku**

Wurfkombinationen

Wenn ein Wurf nicht funktioniert, weil Uke ihn durchschaut hat, dann wechsele in einen passenden anderen Wurf um Uke zu Boden zu bringen.

## **Suwari Gata**

Techniken auf dem Boden sitzend

In vergangenen Tagen wurde viel auf dem Boden gearbeitet, unter anderem auch, weil die japanische Kultur keine Stühle kannte. Ein guter Krieger versteht sich in allen Ebenen zu verteidigen - mit und ohne Waffen. Wichtig ist, dass alle Bewegungen aus der Hüfte heraus ausgeführt werden.

- Ichi Geki
- Osai Koma
- Ude Ori

## **Hanbo Jutsu Kihon**

„Drei Fuß Stock“

Der Hanbo ist die klassische Einsteigerwaffe, da er viele Prinzipien aufweist, die man in anderen Waffenarten wiederfindet, speziell der Kurzwaffen.

## **Hanbo Kamae**

Stock-, Grund- und Übergangstellungen

- Hira Ichimonji no Kamae
- Munemuso no Kamae
- Otonashi no Kamae
- Yoko Ichimonji no Kamae

## **Dachi Kihon**

Neun Richtungen des Schlagens - aus Hira Ichimonji no Kamae. Die Waffe und der Körper müssen als Einheit bewegt werden:

## **„Ken Tai Ichi Jo“**

Körper und Waffe sind eins

### Hira Ichimonji no Kata

- Suki Dachi

### Hanbo Jutsu Kihon

- Koshi Ori = Hüfthebel
- Tsuke Iri = den Stock zwischen Arm und Körper stoßen

### Prüfung

---

Datum

---

Prüfer

## Sankyu - 03. Kyu

### **Nage Kata / Ryu Sui Iki**

Mit dem fließenden Wasser mitgehen (Opferwürfe)

- Tomoe Nage
- Tachi Nage
- Yoko Nage
- Temakura Nage
- Kuruma Nage

### **Katate Dori**

Eine Hand fasst

- Ate Nage
- Settho

### **Ryote Dori**

Mit zwei Händen fassen

- Kana Shibara
- Tengu Dori
- Ryote Gake

### **Katate Dori to Tsuki**

Eine Hand fasst, die andere schlägt

- Fudo

### **Haibu Yori**

Angriffe von hinten

- Shi Sai
- Ketsu Myaku

### **Tsuki Uchi**

- Chi Goku Otoshi
- Koyoku

### **Nage Gaeshi**

Gegenwurftechniken

- Okyo
- Zu Dori

## **Goshin Jutsu**

Selbstverteidigung gegen einen oder mehrere Gegner.

Hier soll der Schüler frei nach Ermessen und Situation reagieren. Der Schüler wird unvorbereitet auf eine Angriffssituation treffen und muss sofort angemessen arbeiten. Dies wird nicht „vorbereitet“, d.h. es werden keine Situationen oder Angriffe „gestellt“ bzw. inszeniert.

### Mögliche Angriffe:

Handgelenk fassen, Umklammern, Würgen, Schwitzkasten, Schläge, usw.

## **Kenpo Kihon**

Methoden und Prinzipien des Schwertes

### **Ken Kamae no Kata**

- Migi Ichi no Kamae
- Migi Jodan no Kamae
- Migi Chudan no Kamae
- Migi Gedan no Kamae
- Hidari Tousui no Kamae
- Hidari Hasso no Kamae
- Hidari Gedan Kasumi no Kamae
- Migi Gedan Toutokuhyoshi no Kamae

### **Iai und Jodan Giri**

Ziehen und Schnitt von oben

### **Happo Giri Kihon**

Schneidetechniken

### **Biken Kamae no Kata**

Grundformen aus der Kamae

- (Migi) Ichi no Kamae Kata
- (Migi) Seigan no Kamae Kata

## **Prüfung**

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Prüfer

# Nikyu - 02. Kyu

## **Ningu / Buki ho Kalten & Nagare**

Große und kleine Rollen mit Waffen wie Hanbo, Bokken, Bo, Tanto, usw.

## **Keri ni Taisure Uke**

Fußtritt kontern

- Keri Kudaki = den Tritt zerschmettern - drei Möglichkeiten als Basis
- Hu Ko = der Tiger liegt unten - zwei Möglichkeiten als Basis

## **Keri to Tsuki / Tsuki to Keri**

- Koku = falscher bzw. leerer Raum
- Renyo = spendiere ihm eine freie Fahrt
- Gyaku Nagare = Gegenfluss

## **Haibu Yori**

Angriffe von hinten

- Sakketsu = Killerdruck
- Kin Kudaki = zerstöre das Gold

## **Tsuki Uchi**

- Musan = erhebe den Nebel
- Gekkan = niedriger Wechsel

## **Nage Gaeshi**

Gegenwurftechniken

- Fu Kan = Winddrehen
- Sei On = laute Stimme

## **Zan to Tonko no Kata**

Praktische Fluchtmethoden

- Kata Ude Tonso no Kata = Einhand Fluchtmethode
- Sayu Tonso no Kata = rechts / links Fluchtmethode

### **Goshin Jutsu / Buki ho Gaeshi**

Das Abwehren von Waffen

Tori wird mit den verschiedensten Waffen angegriffen und muss sich mit Sorgfalt je nach Art der Waffe bewegen und verteidigen.

### **Jutte Jutsu Kihon**

Der Klingentreiber. Wörtlich „10 Hände“ und bedeutet „gegen 10 Männer kämpfen“

#### **Jutte no Kamae**

- Hidari Mizutori no Kamae
- Muso no Kamae
- Seigan no Kamae

#### **Tsuki Kihon Waza**

Grundschrifttechniken mit der Jutte

#### **Jutte Sanshin no Kata**

Sanshin no Kata unter Verwendung der Jutte

#### **Jutte Waza**

- Ocho Dori
- Atenage

„Um die Jutte korrekt führen zu können, muss man sich wie ein Vogel bewegen.“

### **Prüfung**

\_\_\_\_\_

Datum

\_\_\_\_\_

Prüfer

## Ikkyu -01. Kyu

In diesem Level muss sich der Schüler hauptsächlich mit sich selbst und der Natur, die ihn umgibt, befassen. Es werden Prinzipien des Ninpo behandelt.

### Keri to Tsuki / Tsuki to Keri

- Kasa Sagi = die Elster
- Ko = gutes Pendel
- Yume Makura = Traumkissen

### Nage Gaeshi

Gegenwurftechniken

- Gokuraku Otoshi = Lass ihn in den Himmel fallen
- Ugari = ernte die Wachtel

### Zan to Tonko no Kata

Praktische Fluchtmethoden

- Te Kubisugi Tonso no Kata = nach hinten greifende Fluchtmethode
- Atekomi Tonso no Kata = Schlag und Fluchtmethode
- Kote Uchi Tonso no Kata = Armschlag Fluchtmethode

### Soto Tonko no Kata

Praktische Methoden einer flüchtenden Ratte

Die Verwendung von Metsubushi, Teppan (Shuriken) und Go-ton Tongi, sowie Fluchtmethoden der fünf Elemente um zu entkommen.

Dies wird vorrangig im Freien trainiert.

**Hier ist die eigene Kreativität und Anpassungsfähigkeit von größter Wichtigkeit.**

### Goshin Jutsu

Selbstverteidigung, gegen einen oder mehrere Gegner nach dem Prinzip der Soto Tonko no Kata.

### Muto Dori Gata

Waffenlose Verteidigung gegen eine Klinge

- Ken Nagare = fließender Schlag

## Rokushaku Bojutsu Kihon der Langstock

### Bo no Kamae

Die neun Kamae des Kukishinden Ryu Bojutsu

- Hira Ichimonji no Kamae
- Jodan no Kamae
- Chudan no Kamae
- Gedan no Kamae
- Yoko Ichimonji no Kamae
- Heito no Kamae
- Ten Chi Jin no Kamae
- Ihen no Kamae
- Seigan no Kamae

### Kihon Gata

Grundformen

- Ukemi Kata = Blocktechnik
- Ashi Barai = das Bein wegfegen
- Shiho Bofuri Gata = das Wirbeln des Stockes

### Keiko Sabaki Gata

- Goho = fünf Methoden
- Ura Goho = in den fünf Methoden
- Sashi Ai

### Prüfung

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Prüfer



## Shodan – 1.Dan

Das Erreichen des Shodan ist für den Schüler ein einschneidender Schritt auf seinem Weg durch die Welt des Bujinkan Budô Taijutsu.

Ab diesem Zeitpunkt hat sich der Schüler alle technischen Abläufe des Ten Chi Jin Ryaku no Maki zu eigen gemacht und beginnt diese Techniken umzusetzen und unter die Oberfläche des rein Technischen zu schauen.

Die Prüfung zum Shodan ist sehr individuell, setzt aber eine solide Kenntnis aller bis dahin bereits geprüften Inhalte voraus.

Der Schüler muss für die Prüfung zum Shodan einen kurzen Artikel über einen Aspekt des Bujinkan Budô Taijutsu verfassen und hierin seine Auffassung, Gedanken und Gefühle mit einbringen.

Mit bestandener Prüfung erhält der Schüler das komplette Ten Chi Jin Ryaku no Maki inklusive weiterführender Erklärungen zu den einzelnen Techniken.

### Prüfung

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Prüfer

# Ten Chi Jin Ryaku no Maki

die Prinzipien des Himmels, der Erde und des Menschen

