

# PRÜFUNGSKATALOG ZUR 2. WING CHUN PRÜFUNG

## 1) Siu Leem Tau (Teil 2)

(Zweite von drei Teilen der 1. Form)

## 2) Fauststöße

- a) Loy/ Ngoy Fon Kuen (Spiegel)
- b) Kuen Siu Kuen (Partner-Drill)
- c) Chop Kuen Siu Chop Kuen (Partner-Drill)
- d) Chau Kuen Siu Chau Kuen (Partner-Drill)

## 3) Chee Don Sau (Basic)

(Partner-Drill)

Partner A = Tan Sau - Jing Jyeung - Boang Sau - Tan Sau

(ohne Kontaktverlust)

Partner B = Fook Sau - Loy Jut Sau - Tai Kuen - Fook Sau

(ohne Kontaktverlust)

## 4) Pock Sau Cycle

(Partner-Drill aus geschlossener Stellung)

- a) A: Pock Da - B: Pock - A: Kau Da
- b) A: Pock Da - B: Pock - A: Kau Da - B: Woo Sau - Fadeback into Cycle
- c) A: Pock Da - B: Pock - A: Lop Fun - B: Woo Sau
- d) A: Pock Da - B: Pock - A: Lop Fun - B: Woo Sau - A: Jau Sau - Kau Da
- e) B: Pock Da - A: Pock - B: Lop Fun - A: Woo Sau - Juen Bock - Lop Fook Tai Kuen (Stupid Trap)

## 5) Ma Boh

(Schritte)

- a) *Syeung Ma*

## 6) Woo Sau Drill

(Partner-Drill)

## 7) Yin Blöcke: Tan, - Woo, - Ngoy Jut, - Gahng, - Huen, - Lon Sau

(Spiegel)

## 8) Yut Fook Yee

(Partner-Drill)

a) Pock Sau - Tan Da b) Jom Sau - Ngoy Jut Da Fun Sau c) Boang Sau - Lon Da Chau Kuen

d) Boang Sau - Fon Da e) Gum Sau - Tan Da f) Fook Sau - Woo Da Chahng Jyeung

## 9) Tan Da - Tan Da - Gahng Da - Gahng Da - Drill

(Partner-Drill)

## 10) Kampfanwendungen

(vs. *Toh Ma* Jick Choong Kuen)

- a) Ngoy Doy Gock Kuen - Lop Da - Pock Da Jing Jyeung (aus offener Stellung)
- b) Fook Sau - Lop Chahng Jyeung - Pon Geng Sau Tai Kuen (aus offener Stellung)
- c) Jom Sau - Lop Fun Sau - B: Woo Sau - A: Jau Sau - Kau Da Tai Kuen (aus offener Stellung)
- d) Boang Sau - Lop Sau Loy Fon Kuen - B: Woo Sau - A: Lop Tai Kuen (aus offener Stellung)
- e) Tan Da - Pock Da Jing Jyeung - Woo Sau Wrap Chahng Dai Jyeung (aus geschlossener Stellung)
- f) Tan Da - Pock Da Chahng Jyeung - Pon Geng Sau Ding Tau (aus geschlossener Stellung)

## 11) Kicks

- a) Ngau Teck (alias Loy Tiu Gyeuk) (Roundkick)
- b) Ngoy Ngau Teck (alias Ngoy Tiu Gyeuk) (Reverse Roundkick)

## Code:

A: ist immer der Sieger ☺ (außer bei Drills)

B: ist immer der Aggressor

-: der nächste Schritt ist.... “ “

Kursiv: Schritte

**Fett:** Tritte (ausgenommen ist die Überschrift)