

W.M.C.-I.F.M.A. Educational Commission

Offizielles Muay Thai Khan-Prüfungsprogramm Stand Januar 2022



Graduierung	Mongkon-Prajeat	Wartezeit	Prüfungsgebühr
1.Khan	weiß	3 Monate	25,-- €
2.Khan	Weiß- gelb	3 Monate	25,-- €
3.Khan	gelb	3 Monate	30,-- €
4.Khan	Weiß-grün	4 Monate	30,-- €
5.Khan	Grün	4 Monate	35,-- €
6.Khan	Weiß-blau	4 Monate	35,-- €
7.Khan	Blau	4 Monate	40,-- €
8,khan	Weiß-rot	5 Monate	40,-- €
9.Khan	rot	5 Monate	45,-- e
10.Khan	Weiß-schwarz	6 Monate	50,-- €
11.Khan Trainee Instructor Kru Feuk Sorn	silber	6 Monate	70,-- €
12.Khan Qualified Instructor Kru Phuchuay	silber	6 Monate	80,-- €
13.Khan Kru Instructor	Silber-gold	6 Monate	Gebühren laut IFMA Bangkok
14.Khan Kru Yai-Grandmaster	gold	Verleihung durch die Khan Degree Commission	Gebühren laut IFMA Bangkok
15.Khan Grandmaster Pa Ra Ma Jarn	gold	Verleihung durch die Khan Degree Commission	

Prüfer für Muaythai Khan Graduierungen müssen Träger des 13.Khan sein und im Besitz der Trainer B-Lizenz und Prüferlizenz sein. Ab dem 13.Khan dürfen Prüfungen, nach Zustimmung durch den

M.T.B.D.und erfolgreich abgelegter Khanprüfer-Lizenz , bis zum 9.Khan abgehalten werden. Ab dem 14.Khan dürfen Prüfer, nach Zustimmung durch den M.T.B.D. Prüfungen bis zum 12.Khan abhalten.

Khanprüfungen müssen mindestens 4 Woche vorher bei der MTBD Bundesgeschäftsstelle angemeldet werden. Eine Liste der Prüflinge muss spätestens 1 Woche vor der Prüfung der Bundesgeschäftsstelle vorgelegt werden.

1.Khan

Grundform WaiKru

Stand – Schritttechniken

1. Jot Muay
2. Khum Chung
3. Yam Sam Kum

Wai Kruh

1. Thep Pa Nom
2. Kom Krab
3. Thai Wai Bangkom

Mat – Fausttechniken

1. Mat Trong Chok Nam – Mat Trong Chok Tam
2. Mat Wiang
3. Mat Wiang Yaw
4. Mat Tui

Theep – Fusstechniken

1. Theep Trong
2. Theep Nhep
3. Theep Sor

Blocktechniken

1. Praram Nao Sorn
2. Khao Bang Nok
3. Khao Bang Nai

Lom Lug – Fallschule

1. vorwärts
2. seitlich
3. rückwärts

Pongkan Tua

- gegen Griff ans Revers
- gegen Griff ans Handgelenk

2. Khan

Grundform WaiKru

Lom Lug

- über ein Hindernis

Überprüfung 1.Khan

Mat - Fausttechniken

1. Mat Wiang Klap
2. Mat Soei
3. Mat Kaok

Pongkan

1. Pa Ta Duay Khane
2. Toy Su Ra Ja
3. Phad
4. Chak Lob

Pongkan Tua

- gegen Umklammerung der Hüfte von vorne
- gegen Umklammerung der Hüfte von hinten
- gegen Halswürgegriff von vorne

3.Khan

Wai Kru

starting postures

1. Thep Pa Nom
2. Kom Krab

Prom Nang / sitting Postures (1 Technik wahlweise)

Lab Hok Mokkalak / Mekkala LoahKaew /Sok Mek

Überprüfung 1. und 2.Khangrad

Chap Ko

- Kod Rad
- Chap Ko Wiang
- Plam Tee Khao
- Lad Ewh Plam Tee Khao

Theep - Te - Fußtechniken

1. Theep Trong
2. Theep Nhep
3. Theep Sor
4. Theep Ting
5. Theep Kang
6. Theep Thop
7. Theep Klap Lang
8. Krah Dod Theep

Pongkan

- Toy Su Ra Ja Gan Te
- Jhab Gan Te
- Phad Gan Te
- Ching Theep Gan Te
- Yhok Lob Gan Te

Pongka Tua

- Schwitzkasten von vorne
- Schwitzkasten seitlich

4.Khan

Überprüfung 1.bis 3.Khan

Wai Kru starting

Postures

3. Thep Pa Nom
4. Kom Krab
5. Thai Wai Bangkom
6. Pathom
7. Prom

Prom Nang / sitting Postures (1 Technik wahlweise)

1. Lab Hok Mokkalak / Mekkala LoahKaew / Sok Mek / Mae Pra Thoranee Beeb Muay Phom / Sue Lak Hang / Praya Krut Yut Naka

Prom Yuen / standing Postures (1 Technik Wahlweise)

1. Nok Yoong / Na Rai Kwang Jak / Chang Sabad Nguang / Pra Ram Paeng Sorn / Kum Pa Kan Pong Hok / Kun Paen Fun

Theep - Te – Fusstechniken

1. Te Trong
2. Te Chiang
3. Te Tat Bohn
4. Te Tad Klang
5. Te Tad Lang
6. Krah Dode Te
7. Te Kreung Kheang Kreung Khao
8. Te Tawat
9. Tee Lang Ga Te
10. Yeab Te

Mat Pahsom

Theep Te Pahsom

Chap Ko

1. Plam Tee Sok
2. Plam Tee Khao

Pongkan Tua

- gegen seitlich Armhebel (Transportgriff)
- gegen Armhebel vorne

Pongkan

1. gegen Te Trong – 2 unterschiedliche Abwehren
2. gegen Te Chiang - 2 unterschiedliche Abwehren
3. gegen Theep Kang – 2 unterschiedliche Abwehren

5.Khan

Überprüfung 1. bis 4. Khan

Khao – Knietechniken

1. Khao Trong
2. Khao Chiang
3. Khao Kong
4. Khao Tad
5. Khao Nhep
6. Khao Noy
7. Khao La
8. Khao Hone

Pongkan

1. Gan Duay Khan
2. Jaab Tum
3. Gan Duay Khao
4. Plak Hai Suey Lhak

Chap Ko

- Plam Tee Khao
- Plam Tee Sok

Som Koo

- Deh/Teep
- Mhad
- Chap Ko

Ponkan Tua

2 Abwehren gegen Messerangriffe

2 Abwehren gegen Stockangriffe

6.Khan

Überprüfung 1. bis 5.Khan

Khao – Knietechniken

1. Khao Kod
2. Khao Yon
3. Khao Yor
4. Khao Yeap
5. Khao Kuu
6. Khao Loi

Sok – Ellbogentechniken

1. Sok Tee
2. Sok Tad
3. Sok Ngat
4. Sok Pung
5. Sok Kratung
6. Sok Klap

Pongkan

1. Pa Ta Duay Khane
2. Yok Lob
3. Toy Su Ra Ja
4. Kod Pra Chid Tua

Som Koo

2 x 3 Minuten mit unterschiedlichen Partnern

Loh Paow

1. Handpratze
2. Kick Pads
3. Belly Protector

Pongkan Tua

- Pistole - Entwaffnung

Plam Tee Khao, Plam Tee Sok

Nachweis – Teilnahme Muay Thai 1.Hilfe Ausbildung

7.Khan

Überprüfung 1. bis 6.Khan

Sok – Ellbogentechniken

1. Sok Thong
2. Sok Pla Mhor Thag Nghueg
3. Sok Kuu
4. Sok Chiang
5. Sok Ched

Tob Too

1. Mhad
2. Sok
3. Khao
4. Theep/Te

Pongkan – Sok Techniken nach Ansage des Prüfers

Lom Lug

- über ein Hinderniss
- aus einer Clinchsituation heraus

Nuat Phaen Thai

- Basiskurs 1 abgeschlossen

Som Koo

- mit unterschiedlichen Partnern

8.Khan

Überprüfung 1. bis 7.Khan

Bestandene Prüfung Kampf- & Punktrichter

- Amateur Muay Thai national

Bestandene Prüfung Muaythai Übungsleiter F-Lizenz

Geschichte des Muay Thai in Deutschland (2 DIN A 4 Seiten)

Loh Paow

- Mhad Pahsom
- Te/Theep Pahsom

Pongkan Tua

- 10 verschiedene Techniken (Stand/Boden) gegen einen unbewaffneten Angreifer
- 5 verschiedene Techniken gegen einen bewaffneten Angreifer

Pongkan

Mhad – Theep – Te – nach Ansage des Prüfers

9.Khan

Überprüfung 1. bis 7.Khan

Bestandene Prüfung – Muaythai Trainer C-Lizenz

Bestandene Prüfung – Kampfrichter Amateur Muaythai national

Pongkan/ Tob To gegen Sok und Khao Techniken nach Ansage des Prüfers

Vorstellung eines mindestens 10minütigen Muay Thai Fitnessprogramms zur Vorbereitung auf Wettkämpfe.

Loh Paow mit verschiedenen Partnern

Pongkan Tua

Einsatz realistischer Techniken auf Ansage des Prüfers

Erstellung eines Trainingsplans (2 DIN A 4 Seiten) für
- Muay Thai Breitensport

10.Khan

Überprüfung 1. bis 7.Khan

Nachweis über bestandene Prüfung Nuat Phaen Thai Basiskurs 2

Nachweis über bestandene Prüfung

- Kampf und Punktrichter Amateur Muay Thai national
- Nachweis Auffrischungslehrgang

Erstellung eines Trainingsplans (2 DIN 4 Seiten)

- Muay Thai Leistungssport Amateure

Erstellung eines Trainingsplans (2 DIN A 4 Seiten)

- Dehnung/Stretching

Überprüfung 1. bis 9.Khan

Nachweis über bestandene Prüfung Nuat Phaen Thai Basiskurs 2

Nachweis über bestandene Prüfung

- Kampf und Punktrichter Amateur Muay Thai international

Erstellung eines Trainingsplans (2 DIN 4 Seiten)

- Muay Thai Leistungssport Amateure

Erstellung eines Trainingsplans (2 DIN A 4 Seiten)

- Dehnung/Stretching

11.Khan

Überprüfung 1. bis 7. Khan Technik und Ausführung- Erklärung - Fehleranalyse

Bestandene Prüfung – Muaythai Trainer c-Lizenz

Bestandene Prüfung – Kampfrichter Ama. und Pro Muaythai national

- Nachweis Auffrischungslehrgang

Pongkan/ Tob To gegen Sok und Khao Techniken nach Ansage des Prüfers.

Erstellung eines SV-Programmes.

Vorstellung eines mindestens 1-stündigen technisch methodisch didaktischen Muay Thai zur Vorbereitung auf Wettkämpfe. Schriftliche Vorbereitung.

Loh Paow „hight Level“ mit verschiedenen Partnern

PAD MASTER CERTIFICATION Level 2

Pongkan Tua

Einsatz realistischer Techniken auf Ansage des Prüfers

Erstellung eines Trainingsplans (2 DIN A 4 Seiten) für

- Muay Thai Breitensport
- Muay Thai Leistungssport

12.Khan

Überprüfung 1. bis 7. Khan Technik und Ausführung- Erklärung - Fehleranalyse

Bestandene Prüfung – Muaythai Trainer B-Lizenz

Bestandene Prüfung – Kampfrichter Ama und Pro Muaythai national
- Nachweis Auffrischungslehrgang

Pongkan/ Tob To gegen Sok und Khao Techniken nach Ansage des Prüfers.

Erstellung eines SV-Programmes / Breitensport

Vorstellung eines mindestens 2-stündigen methodisch didaktischen Muay Thai zur Vorbereitung auf Wettkämpfe. Schriftliche Vorbereitung.

Loh Paow „high Level“ mit verschiedenen Partnern
PAD MASTER CERTIFICATION Level 3

Pongkan Tua
Einsatz realistischer Techniken auf Ansage des Prüfers

Erstellung eines Trainingsplans (2 DIN A 4 Seiten) für
- Muay Thai Breitensport / Detailliert
- Muay Thai Leistungssport / Detailliert

13.Khan

Überprüfung 1. bis 7. Khan Technik und Ausführung- Erklärung - Fehleranalyse

Bestandene Prüfung – Muaythai Trainer B-Lizenz

Bestandene Prüfung – Kampfrichter Am und Pro Muaythai national

- Nachweis Auffrischungslehrgang

Pongkan/ Tob To gegen Sok und Khao Techniken nach Ansage des Prüfers.

Erstellung eines SV-Programmes / Breitensport / OMS Zertifikat IFMA Level 1

Vorstellung eines mindestens 2-stündigen methodisch didaktischen Muay Thai zur Leitung eines Trainings für internationale Wettkämpfe. Schriftliche Vorbereitung.

Fehleranalyse – Aufbau – Umsetzung

Loh Paow „hight Level“ mit verschiedenen Partnern

PAD MASTER CERTIFICATION Level 3

Pongkan Tua

Einsatz realistischer Techniken auf Ansage des Prüfers

Nachweis der nachhaltigen, mehrjährigen Aufbauarbeit von Muaythai in Deutschland.

Khan Prüfer Zertifizierung Khan 1-9 - Prüfung