

Nicht aufgeführte Positionsnummern / Prüfungsfächer werden zu dieser Graduierung nicht geprüft

		Benotung				
		1	2	3	4	5
<b>01.</b>	<b>Bewegungsformen (Sabaki)</b>	Bemerkung				
	• <i>Freie Bewegungsformen</i>					
1.1	Bewegung im Stand					
1.2	Bewegung am Boden					
<b>02.</b>	<b>Falltechniken (Ukemi)</b>	Bemerkung				
2.1	• Falltechniken unter Einwirkung des Gegners					
	Rolle vorwärts					
	Rolle rückwärts					
	Sturz seitwärts					
	Sturz vorwärts					
	Sturz rückwärts					
<b>03.</b>	<b>Komplexaufgabe</b>	Bemerkung				
3.1	• Demonstration von Atemkombinationen freier Wahl (1 Komb./ wiederholt)					
<b>04.</b>	<b>Bodentechniken (Ne-waza)</b>					
	<i>Je eine Haltetechnik in Verbind. mit Hebel- oder Würgetechniken</i>					
4.1	• Haltetechnik in seitlicher Position					
4.2	• Haltetechnik in Reitposition					
4.3	• Haltetechnik in Kreuzposition					
4.4	• Haltetechnik bei Bauchlage des Gegners					
4.5	• Haltetechnik bei eigener Rückenlage ( <b>Guard-Position</b> )					
	<b>Ju-Jutsu-Techniken in Kombination (gegen je 1 Angriff)</b>					
<b>05.</b>	<b>Abwehrtechniken</b>	Bemerkung				
5.1	• Abwehrfolge im 3-er Kontakt - Aufnehmen, Weiterleiten, Fixieren im gegenseitigen Wechsel					
5.2	• 2 Abwehrtechniken mit Untersch. od. Fuß ( <b>Ashibo-kake-uke</b> ) - 2 Ausführungen - Nach innen ( <b>Soto-ashibo-kake-uke</b> ) - Nach außen ( <b>Uchi-ashibo-kake-uke</b> )					
<b>06.</b>	<b>Atemitechniken</b>	Bemerkung				
6.1	• 1 Handaußenkantenschlag ( <b>Shuto uchi</b> )					
6.2	• 1 Fußstoß abwärts ( <b>Kakato-geri</b> )					
6.3	• 1 Fußstoß seitwärts ( <b>Yoko-geri</b> )					
<b>07.</b>	<b>Würge- und Nervendrucktechniken</b>	Bemerkung				
7.1	• 2 Nervendrucktechniken					
7.2	• 2 Würgetechniken mit Verwendung der Kleidung ( <b>Jime-waza</b> )					
<b>08.</b>	<b>Sicherungstechnik</b>	Bemerkung				
8.1	Mindestens 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms					
<b>09.</b>	<b>Hebeltechniken</b>	Bemerkung				
9.1	• 2 Handgelenkhebel ( <b>Tekubi-waza</b> )					
9.2	• 2 Armstreckhebel im Stand ( <b>Ude-gatame</b> )					
9.3	• 2 Armstreckhebel bei gegenerischer Bodenlage ( <b>Ude-gatame</b> )					
<b>10.</b>	<b>Wurftechnik</b>	Bemerkung				
10.1	• Ausheber ( <b>Ushiro-goshi, Aiki-otoshi, Kata-guruma</b> )					
10.2	• Hüftfegen ( <b>Harai-goshi</b> ) oder Schenkelwurf ( <b>Uchi-mata</b> )					
10.3	• Rückkriss ( <b>Kiri-otoshi</b> )					
<b>11.</b>	<b>Stockabwehr / -anwendung</b>	Bemerkung				
11.1	• Stockangriff 1-8: v.ob.auß., v.ob.inn., v.auß., v.inn., Körpermitte Stich, v.ob., v.unt.auß., v.unt.inn. - in Verbindung mit Störtechniken					
11.2	• 5 Verteidigungen mit dem Stock gegen Kontaktangriffe					
<b>12.</b>	<b>Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen</b>	Bemerkung				
12.1	• Messerangriff 1-5: v.ob.auß., v.ob.inn., v.auß., v.inn., Körpermitte Stich - mit Kontrolle des waffenführenden Armes					
12.2	• 2 Abwehrtechniken gegen Angriffe mit beweglichen Gegenständen					
<b>13.</b>	<b>Weiterführungstechniken</b>	Bemerkung				
13.1	• Je 1 Weiterführung von 2 Wurftechniken					
<b>14.</b>	<b>Gegentechniken (Gaeshi-waza)</b>	Bemerkung				
14.1	• Je 1 Gegentechnik gegen 2 Wurftechniken					
<b>15.</b>	<b>Freie Selbstverteidigung gegen 5 Atemitechniken (Duo-Serie C) Seite 20</b>	Bemerkung				
15.1	• Angriff 1: Fauststoß zum Kopf oder Körper ( <b>Jodan-tsuki oder Chudan-tsuki</b> )					
15.2	• Angriff 2: Aufwärtshaken ( <b>Ago-tsuki</b> )					
15.3	• Angriff 3: Schwinger zum Kopf ( <b>Mawashi-tsuki</b> )					
15.4	• Angriff 4: Fußstoß vorwärts zum Solar Plexus oder Bauch ( <b>Mae-geri</b> )					
15.5	• Angriff 5: Halbkreisfußtritt zum Solar Plexus oder Bauch ( <b>Mawashi-geri</b> )					
<b>16.</b>	<b>Freie Anwendungsformen</b>	Bemerkung				
16.1	Freie Auseinandersetzung mit Wurf- und Bodentechniken		1	2	3	4
<b>18.</b>	<b>Kombination / Vielfältigkeit</b>	Bemerkung				
18.1	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung		1	2	3	4
<b>19.</b>	<b>Angriffs- / Partnerverhalten</b>	Bemerkung				
19.1	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung		1	2	3	4