

Nicht aufgeführte Positionsnummern / Prüfungsfächer werden zu dieser Graduierung nicht geprüft

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