



# 1. Kyu Ju Jitsu (Braun)

## - Prüfungsinhalte -

### 1. Allgemeine Voraussetzungen

- 2. Kyu Ju Jitsu (oder artverwandt, jedoch vorherige Rücksprache mit Präsidium erforderlich)
- Vorbereitungszeit mind. 1 Jahr
- Das Prüfungsprogramm ist schriftlich auszuarbeiten und der Prüfungskommission am Tag der Prüfung vorzulegen
- Besuch von mind. 2 Seminaren/ Wettkämpfen der UIJJA-D oder befreundeten Verbänden

Auf die *Allgemeine Prüfungsordnung für Kyu-Prüfungen* wird verwiesen.

### 2. Falltechniken

- Sollen sportlich und SV-bezogen demonstriert werden. Steigerung zur Vorgraduierung soll ersichtlich sein
- "Freier Fall" sowie fallen am bzw. mit dem Partner

### 3. Wurftechniken

- In Summe: 18 Wurftechniken in Links und Rechts ausgeführt
- Zunächst schulmäßige Demonstration
- Demonstration innerhalb der Abwehrtechniken
- 4 Kombinations- sowie 4 Konterwürfe

Bei der gesamten NAGE-WAZA gelten als Grundlage die Techniken aus der traditionellen "Go-Kyo" des Kodokan.

### 4. Demonstration von Abwehrtechniken

Die Angriffe von Uke sollen dynamisch und realistisch ausgeführt werden.

Verteidigung gegen "fassen wollen":	Anzahl
Frei	5
<b>Verteidigung gegen "gefasst haben"/ Clinch:</b>	
Hand-, Arm-, Kragen	9
Haarzug	5
Umklammerungen (alle Seiten)	5



Würgen	7
Genickhebel, Nelson, Schwitzkasten	5
<b>Verteidigung gegen Distanzangriffe</b>	
Faust-, Schlagabwehr	7
Fußtrittabwehr	5
<b>Verteidigung in der Bodenlage</b>	
Frei	4
<b>Verteidigung gegen Waffenangriffe</b>	
Hanbo, Bo	5
Messer	4
Pistole	4
Sonstige (z. B. Flasche)	2
<b>Abwehr freier Angriffe</b>	
Angreifer ohne Waffe	7
Angreifer mit Waffe (z. B. Hanbo)	4
<b>Randori bzw. Sparring</b>	

Die Verteidigungstechniken sollen mit passenden Abschlusstechniken demonstriert werden:

Arm-, Bein-, Fußhebel (Festlegetechniken)	7
Festhaltetechniken	4
Halsdrucktechniken (auch Würger)	5

### **5. Kata/ Lauschule**

Vorführung einer Kata aus dem Kata-Pool.

### **6. Theoretische Kenntnisse**

- Stichprobenartige Abfrage von Vorkenntnissen
- Erste Hilfe (Grundkenntnisse) sowie Grundlagen des Kuatsu

Änderungen der Prüfungsordnung behält sich das Präsidium der U.I.JJ.A.-D vor.